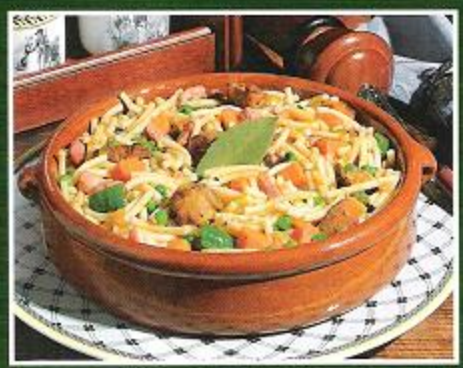
ESPECIAL COCINA

Lecturas

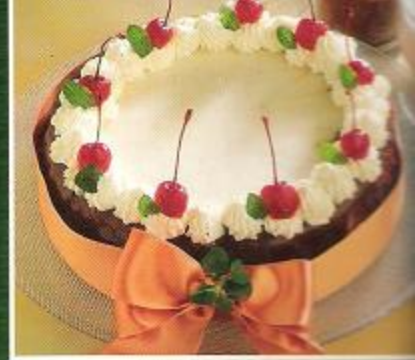
525 ptas.
3,16 €
(Canarias, 550 ptas.)

OTOÑO-INVIERNO



COCINA PRÁCTICA

POSTRES HOGAREÑOS



SABOR A FIESTA

Lecturas

ESPECIAL COCINA

Edita HYMSA
Muntaner, 40-42
08011 BARCELONA

EDITOR:
Sergio Monteriño

DELEGADO EDITORIAL:
Javier de Montini (Madrid)

DIRECTORA: Mercedes Carbó

SECRETARIA DE DIRECCIÓN:
Isabel Raurell

REDACCIÓN: Zaida Kersten

MAQUETACIÓN:
Toni Bernardino, Ramon Serra, Iván Bonnin

FOTOGRAFIAS:
Alberto Campuzano, Jaime Beltrán, Rafael Jover, Lluis Bou, Roser y Mercè, Guillermo Lladó, Paolo Tiengo, Renato y Ricardo Marcialis, E. Puigdengolas y agencias

DIRECTOR EDITORIAL: Daniel Elies

DIRECCIÓN DE MARKETING: Lali Altés

PRE-PRESS E IMPRESIÓN:
Sociedad General de Publicaciones, S.A.
Polígono industrial «Ciudad Meridiana»
Calle A, s/n, Montcada i Reixac
(Barcelona) (Imp. octubre 1999)

REDACCIÓN:
Muntaner, 40-42, 08011-BARCELONA
Tel. 93 508 70 00. Fax 93 454 05 51

Capitán Haya, 1, 1°, 28020-MADRID
Tel. 91 210 70 00. Fax 91 555 41 79

ADMINISTRACIÓN:
Muntaner, 40-42 - 08011-Barcelona
Tel. 93 508 70 00. Fax 93 454 13 22
Departamento de suscripciones y corresponsales: 93 508 70 00

EXCLUSIVA DE PUBLICIDAD
PUBLIVENTAS S.A.
Barcelona
Directora Comercial: Margarita Massip
Subdirectora: Silvia Baró
Jefe de Publicidad: Cristina García
Coordinación: Nuria León
Aribau, 28 Ent. - 08011 Barcelona
Tel: 93 508 71 00
Fax: 93 451 78 59
Madrid
Directora: Rosana Ruiz
Subdirectora comercial: Gemma Martínez
Jefe de Publicidad: Eduardo Real
Coordinación: Luis Marco
Capitán Haya, 1, 1° - 28020 Madrid
Tel: 91 210 71 00
Fax: 91 555 42 21
Delegación Alicante
José A. Pascual
Tel: 96 592 76 00 Fax: 96 592 13 06
Delegación Andalucía
A.S.G.
Recaredo, 20, 4° 6ª - 41003 Sevilla
Tel.: 95 442 62 45
Fax: 95 442 66 64

PRECIO DE VENTA:
525.- ptas. (con I.V.A.);
Canarias, 550.- (sin I.V.A., incluidos gastos de transporte);
Ceuta y Melilla, 525.- (sin I.V.A., incluidos los gastos de transporte).

Depósito legal: B-20-1958
ISSN: 1132-3272
Printed in Spain

Control de difusión

hymsa Grupo Editorial EMPRESE

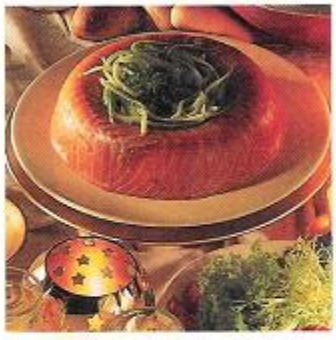
ARI Asociación de Revistas de Información

EDITORIAL. *El reto de cada Especial, es ofrecer a nuestros lectores una Cocina variada, sabrosa, práctica y, por supuesto, fácil de realizar. En este número, dedicado a otoño e invierno, descubrirán más de cien recetas para triunfar en la tarea del día a día con los productos del mercado. Pero, también, encontrarán los mejores Postres hogareños, desde los que se explican, Paso a paso, hasta las delicias que proporciona el Chocolate. Teniendo en cuenta la proximidad de las Fiestas, incluimos una selección de recetas extraordinarias que les ayudarán a conseguir los mejores menús: Aperitivos, Entrantes, Platos principales y Postres. Cada receta, una sorpresa, un grato descubrimiento gastronómico para hacer más felices, tanto las comidas cotidianas, como los menús de compromiso.*

Mercedes Carbó. Directora.

4 COCINA DE MERCADO. Más de cien recetas con productos del mercado para triunfar en la cocina del día a día.

102 POSTRES HOGAREÑOS. El final más dulce de un menú; paso a paso para hacerlo más fácil.



114 SABOR A FIESTA. Cada receta una sorpresa, para preparar excelentes menús.

142 CAZA. EL PLACER GASTRONÓMICO. Otoño e invierno es su mejor temporada.

152 CASTAÑAS. UN REGALO DEL BOSQUE. Tanto para platos dulces como salados.

162 COCINA JOVEN. PRIMERA NAVIDAD. Un menú para una gran fiesta.

170 CARNE DE CERDO. La carne de cerdo une a su económico precio, un excelente sabor.

OTRAS SECCIONES

180 Chocolate: forma parte de los mejores postres. 190 Legumbres: Energéticas y sanas son. 196 Carne picada: nutritiva y versátil, une a su economía un excelente sabor. 202 Carnes a la italiana: Sugerentes recetas llenas de aromas mediterráneos.

ÍNDICE DE RECETAS

SOPAS CREMAS Y POTAJES

Crema de apio 6
Menestra de arroz y verduras 9
Potaje de pescado y fideos 10
Potaje de setas y patatas 12
Potaje de zanahorias y nabos 11
Sopa agridulce 7
Sopa al huevo y nuez moscada 8
Sopa de calabaza con castañas 154
Sopa de col aldeana 12
Sopa de champiñones 5
Sopa de maíz 10
Sopa de patatas y espárragos 6
Sopa de queso navideña 8
Sopa de verduras con albóndigas 200

VERDURAS Y HORTALIZAS

Albóndigas de espinacas y queso 22
Cebollas rellenas 197
Coliflor al vapor con salsa de ajo 15
Coliflor con salsa de ajo y almendras 16
Crema de puerros con vieiras 115
Croquetas de berenjena y gambas 124
Crostada de puré de verduras 25
Ensalada de endibias 115
Ensalada otoñal con castañas 154
Flanes de espinacas 27
Fritura de verduras 22
Gratín de patatas 26
Manzanas, castañas y coles 17
Marinada de setas 20
Pastel de coliflor 18
Patatas al horno 123
Patatas guisadas 24
Patatas rellenas de bacalao 24
Patatas rellenas 198
Setas salteadas 19
Tarta de patata y cebolla 26
Volovanes de setas 20
Zanahorias gratinadas 21

LEGUMBRES

Alubias caldosas 30
Alubias guisadas con carne 195
Alubias rojas guisadas 31
Ensalada de lentejas con salsa 192
Guisado de alubias 30
Judías blancas gratinadas 29
Lentejas con farro 32
Potaje marinero de alubias 191
Puré de lentejas rojas 32

ARROZ

Aroz a la naranja 38
Arroz pilaf con alcachofas 35
Budín de arroz y col 40
Risotto a las flores de calabaza 36
Risotto con cerdo ahumado 172
Risotto con langostinos 38
Timbal de arroz con alcachofas 39
Timbal de arroz con uvas 36
Timbal de arroz y carne 37

PASTA

Cintas con berenjena 47
Espaguetis al perfume de mar 44
Espaguetis con aceitunas 44
Espaguetis con setas y verduras 45
Fideos con zanahorias 43
Macarrones al horno 48
Macarrones al queso de cabra 49
Pasta al pesto 48
Ravioli 4 quesos a la boloñesa 50
Ravioli napolitana al jamón 50
Tagliatele a la crema de pesto 46
Tagliolini con almejas 46

HUEVOS

Crêpes de carne picada 199
Hojaldres con huevos 124
Huevos en carroza 55
Huevos en pizza 53
Huevos escalfados en sopas de tomillos 54
Huevos mollets con endibias 53
Tartaletas de huevo a las hierbas 56
Tortilla de tomate 56
Tortilla de verduras 57

PESCADOS Y MARISCOS

Bacalao con ceps y castañas 155
Bacalao con garbanzos y espinacas 194
Bogavante a las dos salsas 117
Corona de salmón fresco y ahumado 116
Dorada en papillote con verduras 62
Dorada rellena 129
Entremés de vieiras 121
Estofado de pescado 65
Filetes de bacalao rebozados 61
Gambas picantes con fritos de arroz 72
Langostinos a la sal 130
Lenguado a la naranja 60
Lenguado al cava. 128
Lenguados al caldo corto 60
Lionesas de atún 125
Pastel de salmón 119
Pescado en papillote 63
Pez espada con patatas 67
Quiche de gambas 71
Rodajas de emperador con pimientos 66
Rodajas de salmón 69
Rollitos de lenguados con salsa de pimientos 59
Salmón a la naranja 130
Salmón a la sidra 127
Salmón en papillote 68
Salmón marinado con "taboule" 163
Supremas de merluza con salsa 64
Timbal de langostinos y puerros 70
Truchas con tomate 68
Vieiras al azafrán 70
Vieiras con champiñones 122

CARNES Y AVES

Asado de cerdo en salsa picante 85
Asado de lechón a la crema 206
Brasato de buey a la piamontesa 205
Brochetas de cerdo 173
Capón con uvas y granadas 132
Carne a la italiana 202
Carne asada con salsa 79
Carne de cerdo a la fruta 84
Carne rellena de espinacas 201
Cerdo con verduras 84
Civet de jabalí 151
Conejo a la Mamma Teresa 204
Conejo a la mostaza con frutos secos 90
Cordero envuelto en hojaldre 77
Corona de cordero a la jardinera 135
Costillar a la oriental 171
Costillas de cordero con limón 76
Chuletas a la menta 176
Chuletas adobadas a la parrilla 175
Entrecot con ensalada de lentejas 81
Estofado de buey a la irlandesa 82
Estofado de cerdo con chirlas 174
Estofado de ternera 78
Faisán con castañas 145
Filete de cerdo con castañas 157
Filete de jabalí asado con cerezas 150
Filetes de carne a la alemana 200
Filetes de lechón con verduras 209
Hígado agridulce 86
Jamón con uvas 91
Liebre con cebollitas 143
Lomo de cerdo con uvas 83
Magret de pato con uvas 89
Medallones de venado al oporto 144
Ossobuco de pavo a la parmesana 207
Paletilla de cordero asado con col 75
Pastel de carne de Navidad 120
Pato a la naranja 148
Pato con ciruelas y setas 147
Pato con manzanas 134
Pato relleno de fruta 132
Pechugas de pollo rellenas 86
Perdices a la cazuela con jamón 144
Pollo "Catherine" 133
Pollo bretón 88
Pollo frito a la americana 88
Pollo guisado con garbanzos 193
Pulpetón a las hierbas 80
Ragout de la vendimia 87
Ragout de oca con castañas 158
Roast beef con puré de castañas 156
Salchichas al vino blanco 176
Scaloppine al vino tinto 206
Scaloppine a la cantalupa 203
Scaloppine a la naranja 208
Scaloppine aromatiche 204
Scaloppine de ternera Capri 208
Solomillo al vino 164
Solomillo con higos 177
Solomillos rellenos 178
Terrina de cerdo con pimientos 179
Terrina de hígado de oca trufado 146
Venado con arándanos 149

POSTRES

Bavarois de chocolate blanco 187
Bizcocho al ron 98
Bizcocho con nata 186
Bolitas de chocolate y coco 181
Budín de Navidad 138
Castañas en almíbar 153
Corona de miel y frutos secos 106
Costrada de manzana 99
Crema de chocolate 181
Crocanti 104
Charlota de castañas con chocolate 93
Charlota rusa 166
Dulce de castaña al café 94
Dulce de manzana y moras 94
Dulce de naranja 100
Dulces de uva y chocolate 182
Galletas de almendras 140
Marrón glace 160
Melocotones con helado 96
Merengue al chocolate 189
Mont blanc de castañas 161
Morenitos de plátano 183
Mousse de turrón con salsa de avellanas 97
Palitos de naranja 100
Pastel de chocolate con castañas 159
Pastel de chocolate 184
Peras especiadas cubiertas de chocolate 96
Plum cake con avellanas 108
Roscón de reyes 139
Semifrío al turrón 137
Sorbete vikingo 115
Studel de manzana 110
Tarta de almendras con uvas 112
Tarta de chocolate y avellanas 188
Tarta de persimons 98
Tarta vienesa 185
Tronco de Navidad 103
Zuppa inglesa 141

Sopas, cremas y potajes

Reconfortantes y sustanciosas, las sopas, ya sean hechas con verduras, legumbres, carne o pescado, tienen siempre un entrañable sabor de hogar.

SOPA DE CHAMPIÑONES Y SETAS

Ingredientes: *(4 personas)*

250 g de champiñones
250 g de setas de cardo
1 puñado de setas secas
1 limón
1 cebolla grande
3 dientes de ajo
1 cucharada sopera de harina
1 1/2 litros de caldo de pollo
aceite
mantequilla
1 vaso de nata líquida
costrones de pan frito
sal y pimienta

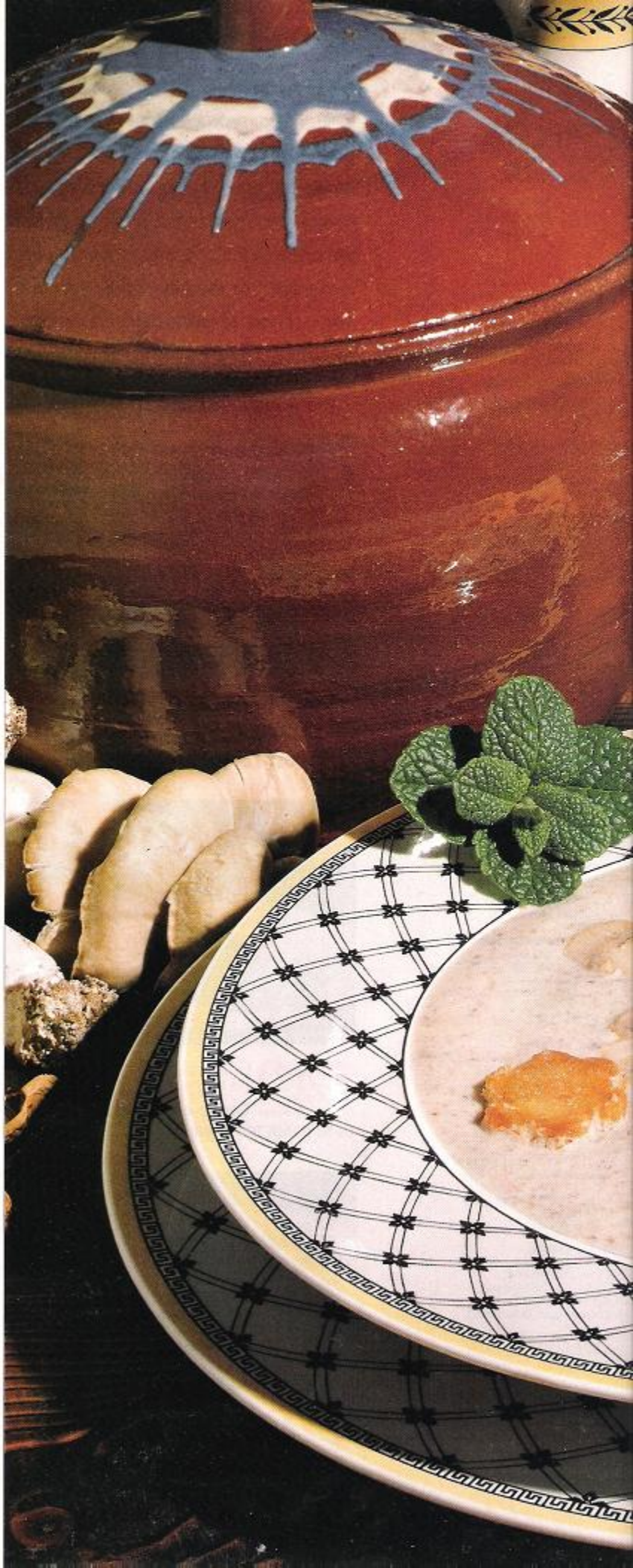
1 Limpiar los champiñones y filetearlos. Rociarlos con unas gotitas de limón. Pelar las setas de cardo y poner las setas secas en remojo.

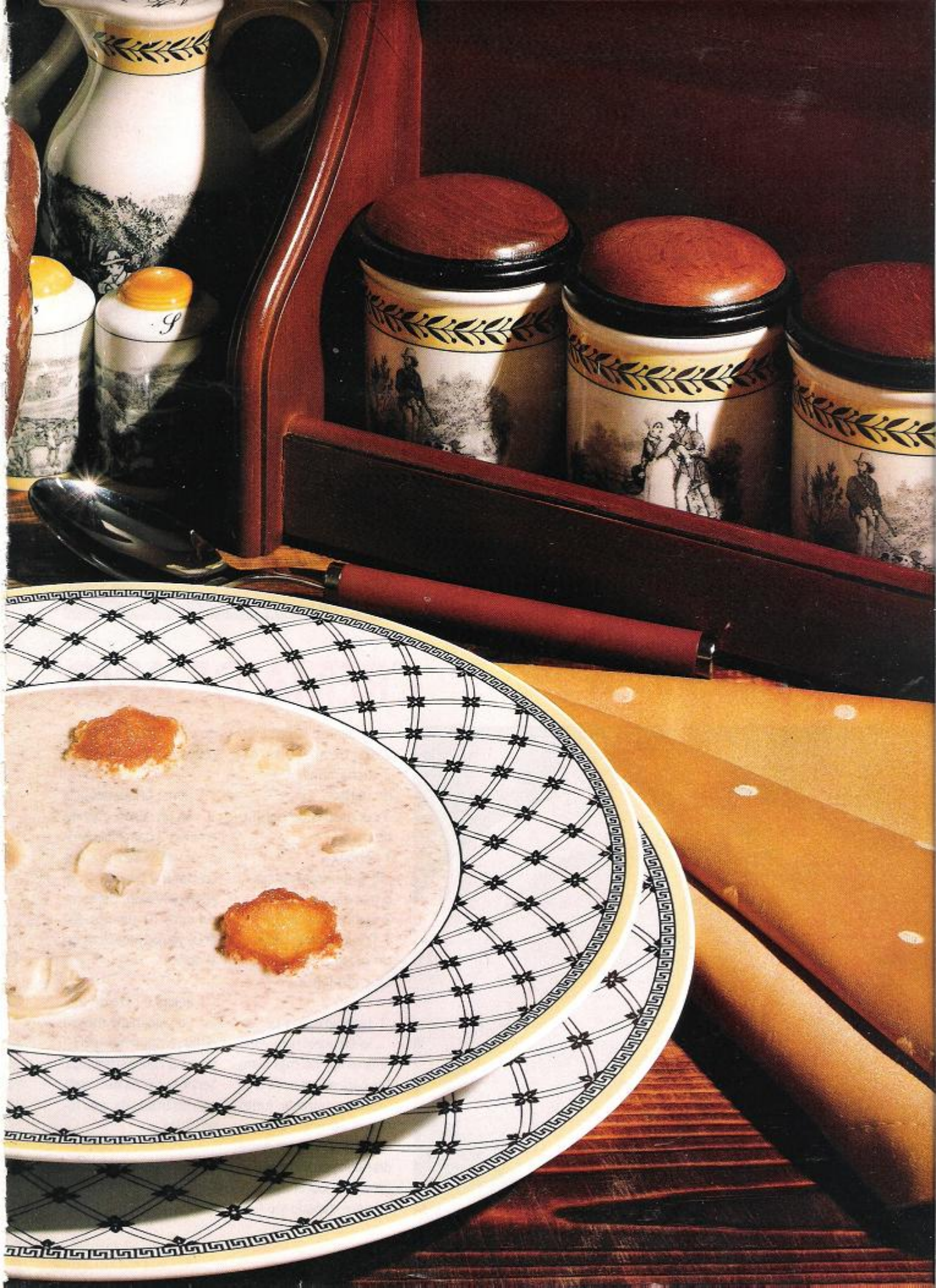
2 Rehogar en un poco de mantequilla y aceite los champiñones. Retirar y reservar unos cuantos para decorar.

3 En la misma grasa anterior, echar la cebolla troceada, los ajos picados, las setas de cardo y las setas secas; darles unas vueltas y finalmente agregar los champiñones ya rehogados.

4 Añadir una cucharada de harina, remover bien y echar, poco a poco, el caldo. Dejar hervir durante 15 minutos. Triturar y agregar la nata líquida. Rectificar de sal y espolvorear un poco de pimienta. Servir la sopa decorada con las láminas de champiñones reservadas y unos costrones de pan frito.

Foto: Guillermo Lladó
Realización:
Mª Ángeles Vallecillo
Atrezzo: Villeroy & Boch





SOPA DE PATATAS Y ESPÁRRAGOS

Ingredientes: *(4 personas)*
1/2 kg de espárragos
1/2 paquete de puré de patatas Maggi
2 dientes de ajo
1 rebanadita de pan
cominos
pimentón
aceite
cuadraditos pan frito
sal

1 Lavar los espárragos y cortar la parte tierna en trocitos; ponerlos en un cazo con 1 litro de agua y llevar a ebullición.

2 Freír el pan y los ajos pelados en un poco de aceite; retirarlos y, en el mismo aceite, freír ligeramente una pizca de pimentón. Ponerlo todo en el mortero y machacarlo junto con una cucharadita de cominos hasta obtener una pasta fina.

3 Añadir a la sopa de espárragos y cocer durante 30 minutos. Verter los copos de puré de patata, removerlo bien y sazonar con sal. Servir con los cuadraditos de pan.

CREMA DE APIO

Ingredientes: *(4 personas)*
250 g de apio blanco
2 cucharadas de harina
2 cuchardas de harina de maíz
1 cebolla
50 g de mantequilla o margarina
2 yemas de huevo
1 1/2 litros de caldo sin grasa
sal y pimienta

1 Lavar el apio y cortarlo en trozos pequeños, reservando los más blancos para adornar. Picar la cebolla y ponerla, junto con el apio, en una cazuela. Cubrir con parte del caldo, poner en el fuego y dejar cocer unos 30 minutos, tapado y a fuego suave. Pasar por la batidora y por un tamiz.

2 Poner la mantequilla en un cazo y cuando empiece a derretirse, añadir la harina de maíz. Dejar dorar y mojar con el resto del caldo. Dejar cocer unos 10 minutos. Batir las yemas y mezclar con el apio.

3 Retirar el cazo del fuego y añadir la mezcla de las yemas; remover bien y sazonar con sal y pimienta. Servir la crema decorada con los trozos de apio reservados.

SOPA AGRIDULCE

Ingredientes: *(4 personas)*

1 pollo
1 cebolla
1 zanahoria
1 tallo de apio
1 cucharada de harina de maíz
8 setas chinas secas
75 g de tallos de bambú
75 g de brotes de soja
2 cucharadas de vinagre
2 cucharadas de azúcar
1 cucharada de salsa de soja
perejil
pimienta en grano
sal

1 Con un cuchillo afilado, separar las pechugas del pollo, quitarles la piel y cortarlas en tiras de unos 5 mm de grosor; rebozar ligeramente en harina de maíz. Reservar.

2 En una olla con 2 litros de agua, poner los huesos y el resto del pollo. Agregar la cebolla cortada en cuartos, el tallo de apio, la zanahoria, unos granos de pimienta y una ramita de perejil. Llevar a ebullición, tapar, bajar el fuego y dejar cocer unas 2 horas, hasta que el caldo haya reducido a unos 800 ml.

3 Poner las setas secas en un cuenco, cubrirlas con agua caliente y dejarlas reposar durante 15 minutos. Escurrirlas y cortarlas en trozos.

4 Colar el caldo y ponerlo a calentar; añadir los tallos de bambú, los brotes de soja, las setas y las tiras de pollo. Llevar a ebullición y agregar el vinagre, la salsa de soja y el azúcar; rectificar el sazonado y cocer, a fuego suave, hasta que la carne esté tierna (unos 5 minutos).

5 Servir la sopa caliente y acompañada con pimientos rojos asados.

SOPA AL HUEVO Y NUEZ MOSCADA

Ingredientes: *(6 personas)*
- 1/2 litro de leche
- 3 huevos
- nuez moscada
- mantequilla
- 2 litros de caldo concentrado
- Sal

1 En una fuente honda, batir bien los huevos. Incorporar la leche e ir mezclando para amalgamar bien los dos ingredientes.

2 Sazonar con sal, condimentar con un poco de nuez moscada rallada y verter en una olla baja y grande untada con mantequilla. Tapar la olla y cocer al baño maría hasta que el compuesto se haya endurecido completamente.

3 Desmoldar y recortar con un molde en forma de estrella. Disponer las estrellas en el fondo de una sopera y recubrir con el caldo hirviendo. Servir inmediatamente.

SOPA DE QUESO NAVIDEÑA

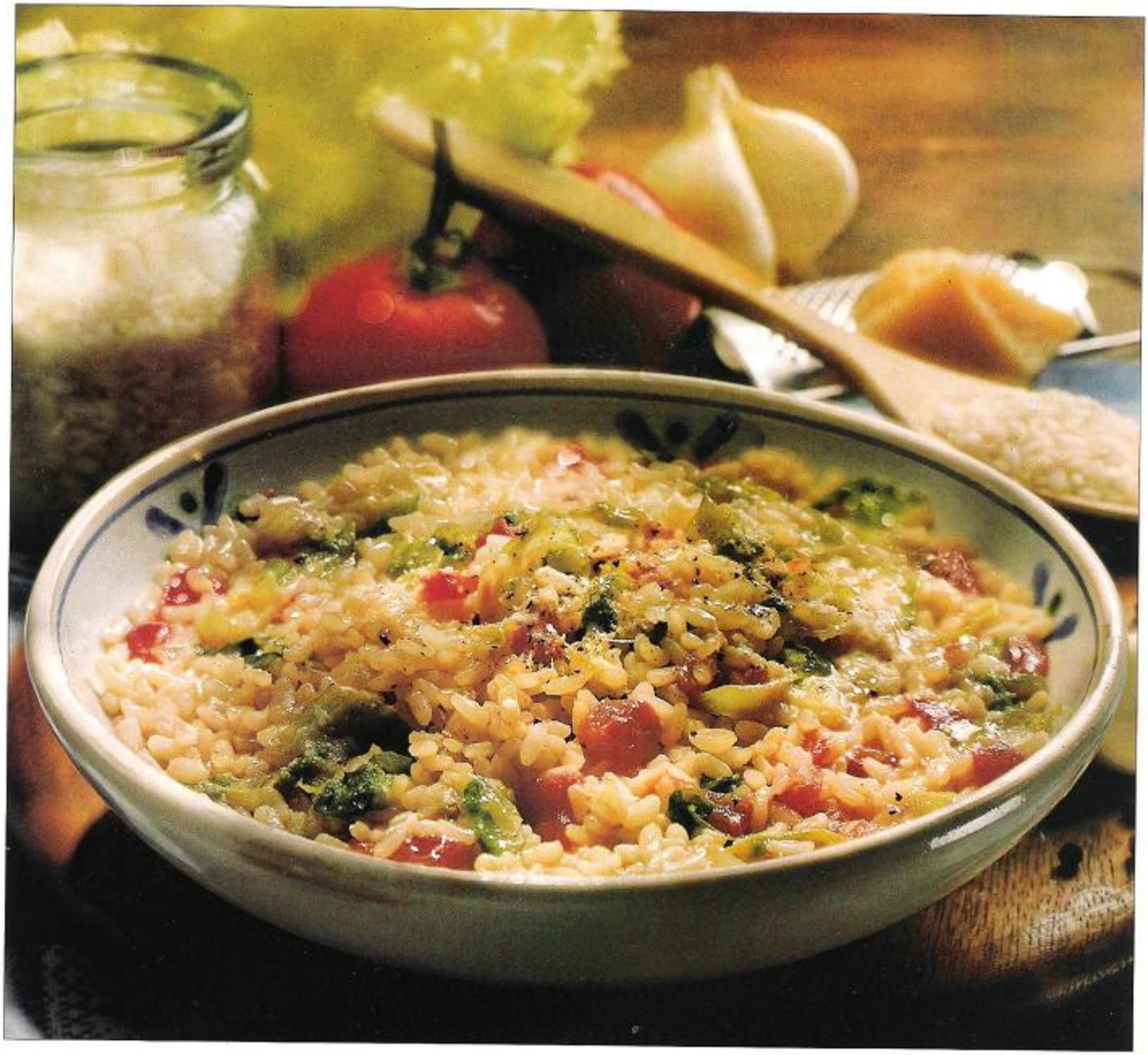
Ingredientes: *(6 personas)*
- 50 g de zanahorias ralladas
- 50 g de apio rallado
- 1/2 litro de caldo de pollo
- 30 g de cebolla picada
- 30 g de pimiento picado
- 50 g de mantequilla
- 50 g de harina
- 1/2 litro de leche
- 100 g de queso emmental
- 100 g de queso suave

1 Poner el caldo en una cazuela, verter en ella la zanahoria, el apio y cocer, tapado, 10 minutos.

2 En otra cazuela con la mantequilla dorar la cebolla y el pimiento; añadir la harina y, lentamente, la leche para que no se formen grumos. Cocer 2 minutos sin dejar de remover.

3 Verter el caldo con las verduras y llevar a ebullición, bajar el fuego, agregar los quesos cortados en dados y continuar la cocción, sin dejar de remover, hasta que se hayan derretido. Salpimentar y servir muy caliente.

MENESTRA DE ARROZ Y VERDURAS



Ingredientes: *(4 personas)*

- 350 g de arroz
- 1 lechuga
- 2 tomates
- 1 cebolla
- 1 litro de caldo vegetal
- 50 g de mantequilla
- aceite de oliva
- parmesano rallado
- sal y pimienta

1 En una cazuela de barro, calentar la mantequilla junto con 2 cucharadas de aceite; agregar la cebolla, muy picada y rehogar, a fuego muy suave, hasta que empiece a tomar color.

2 Añadir los tomates, pelados, sin semillas y cortados en daditos y la lechuga cortada en juliana. Sazonar con sal y pimienta y rehogar, todo junto durante unos 5 minutos, a fuego fuerte.

3 Incorporar el arroz, mezclar bien con las verduras y bañar con el caldo hirviendo. Cocer, tapado, durante 8 minutos a fuego fuerte y, a continuación, 8 minutos más a fuego suave.

4 Sacar del fuego y dejar reposar unos 8 minutos más. Espolvorear con abundante queso rallado y mezclarlo todo bien. Servir muy caliente.

En vez de mezclar el queso puede presentarse aparte dejando que cada comensal se sirva la cantidad que desee.

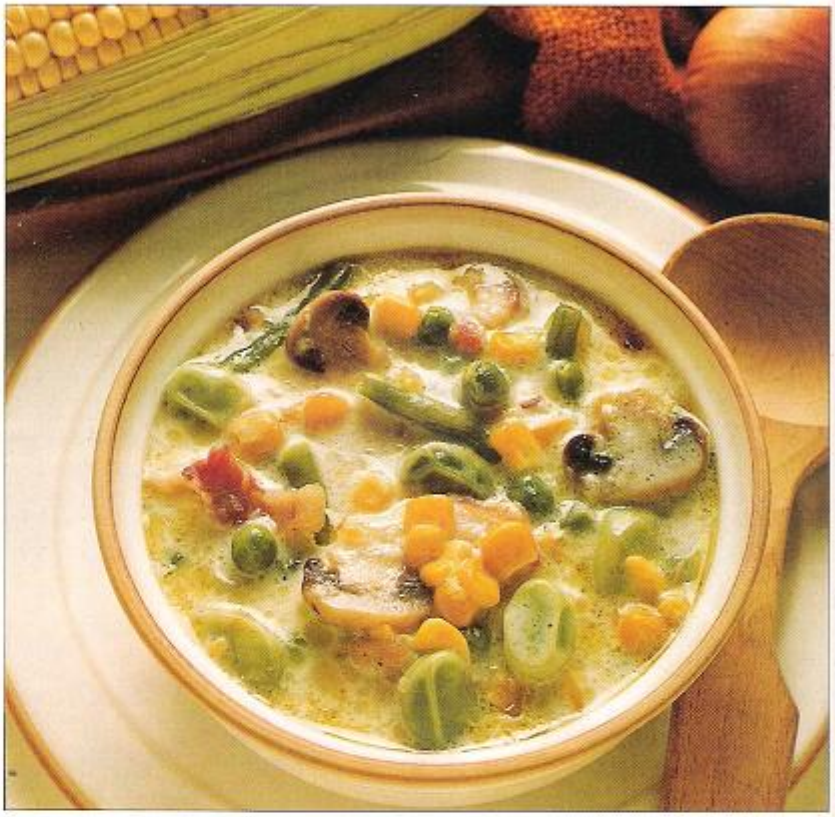
SOPA DE MAÍZ

Ingredientes: *(6 personas)*
1 lata de maíz en grano
2 cebollas
3 dientes de ajo
350 g de champiñones
60 g de mantequilla
250 g de guisantes
250 g de judías verdes
250 g de habas
1 litro de leche
3 cucharadas fécula de maíz
sal y pimienta

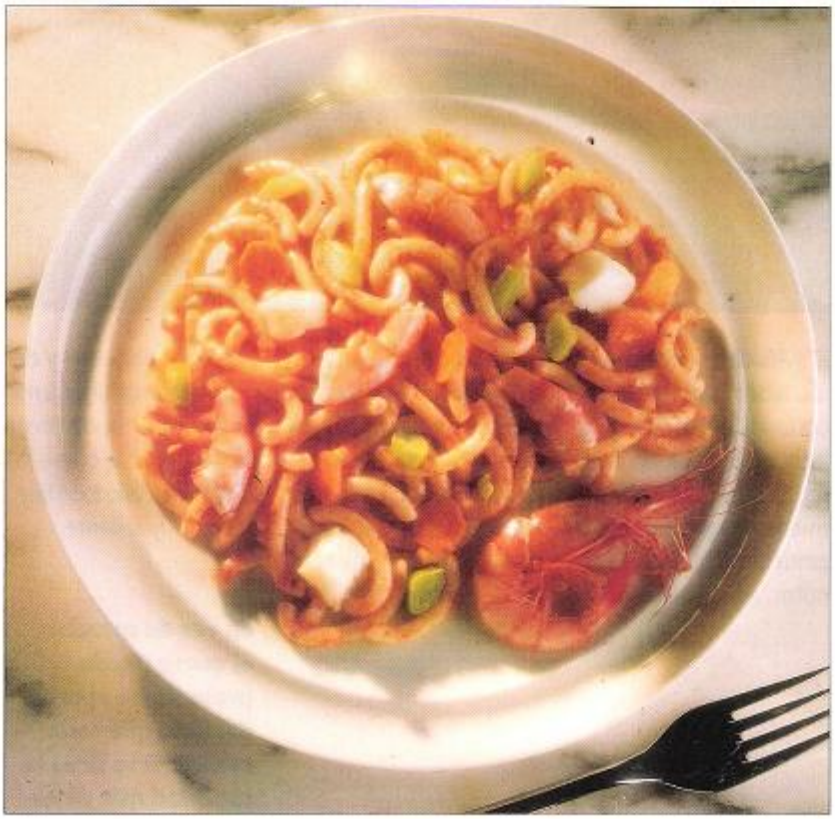
1 Cortar la cebolla fina y rehogar en una cazuela con la mitad de la mantequilla, el diente de ajo chafado y los champiñones en láminas. Agregar los guisantes, las habas y las judías verdes; salpimentar y bañar con medio litro de agua.

2 Llevar a ebullición, bajar el fuego y dejar cocer 20 minutos. Añadir el maíz y la leche, mezclar e incorporar la fécula mezclada con el resto de la mantequilla. Cocer otros 5 minutos sin dejar de remover con una cuchara de madera.

3 Servir la sopa caliente acompañada de rebanadas de pan casero.



POTAJE DE PESCADO Y FIDEOS



Ingredientes: *(4 personas)*
300 g de gambas
2 rodajas de rape
250 g de fideos gruesos
200 ml (1 vaso) de tomate tamizado Solís
4 puerros
2 zanahorias
1 pimiento verde
aceite
sal

1 Cortar la parte blanca de los puerros, la zanahoria y el pimiento en trocitos muy pequeños. Rehogar todas las verduras en un poco de aceite, durante 20 minutos a fuego suave.

2 Añadir las gambas y el rape, cortado en dados, y freír todo el conjunto 3 ó 4 minutos; agregar los fideos y freírlo unos minutos más.

3 Agregar el tomate tamizado y 1/2 de litro de agua caliente; sazonar con sal y cocer, a fuego medio, hasta que los fideos estén en su punto.

POTAJE DE ZANAHORIAS Y NABOS

Ingredientes: *(4 personas)*

300 g de zanahorias
4 nabos tiernos
100 g de judías verdes
1 escalonia
1 litro de caldo de pollo
50 g de mantequilla
sal y pimienta

1 Quitar las puntas de las judías verdes y cortarlas en trocitos pequeños. Pelar los nabos y, con el instrumento adecuado, formar pequeñas bolitas. Pelar y cortar las zanahorias en discos.

2 Cocer las judías y las bolitas de nabo en agua hirviendo salada hasta que estén tiernas. Escurrir y reservar.

3 En una olla de fondo grueso, freír la escalonia en la mantequilla durante unos minutos. Agregar las zanahorias y rehogarlo todo junto hasta que empiece a tomar color.

4 Verter el caldo de pollo y llevarlo a ebullición. Tapar y cocer a fuego suave hasta que las zanahorias estén muy tiernas. Batir hasta obtener una sopa consistente y pasar por el chino. Rectificar de sal y perfumar con pimienta recién molida.

5 Servir muy caliente con las bolitas de nabo y los trocitos de judía reservados.

Los nabos le dan un sabor muy especial a este potaje. Han de ser muy tiernos para que resulten sabrosos.

SOPA DE COL ALDEANA

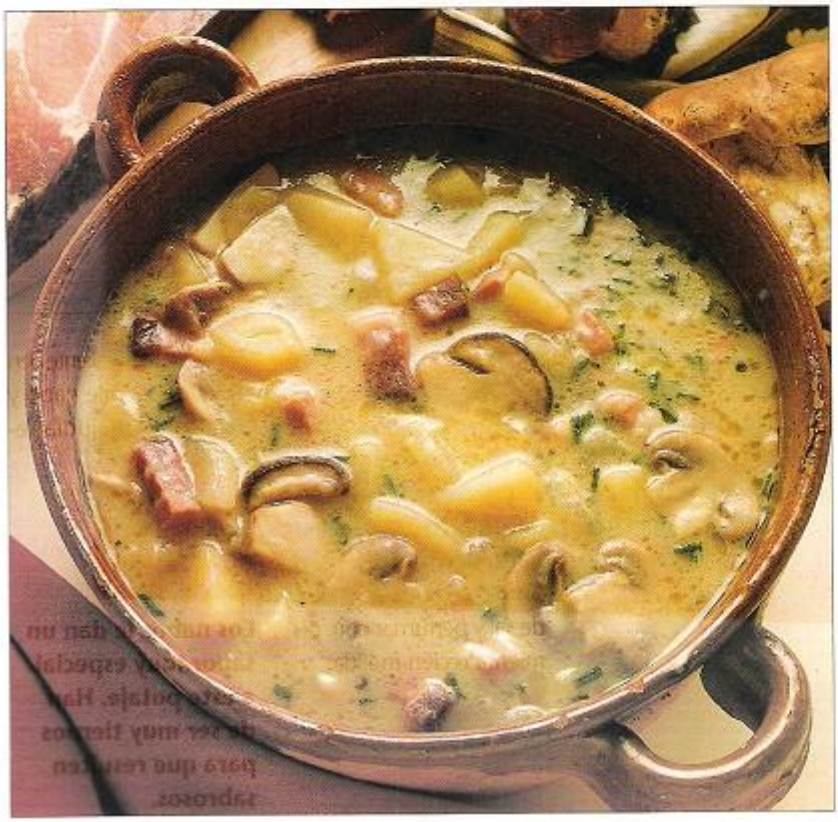
Ingredientes: *(4 personas)*
16 hojas de col
200 g de jamón cocido ahumado
200 g de queso
8 rebanadas de pan casero
1 litro de caldo de cubito
mantequilla
sal y pimienta

1 Lavar las hojas de col, escaldarlas 5 minutos en agua hirviendo, escurrir, secar y rehogar en un poco de mantequilla, prestando atención a que no se rompan. Cortar el jamón en tiras.

2 Untar 4 boles de barro con mantequilla y colocar 4 hojas de col en cada uno. Encima poner un poco de jamón y cubrirlo con dos rebanadas de pan, a las que se habrá quitado la corteza.

3 Cortar el queso en escamas finas y ponerlo sobre el pan. Añadir unos trocitos de mantequilla y salpimentar. Verter un cucharón de caldo hirviendo en cada recipiente y poner en el horno, a 200ºC, hasta que la superficie esté gratinada. Servir muy caliente.

POTAJE DE SETAS Y PATATAS



Ingredientes: *(6 personas)*
250 g de setas cortadas
1 cebolla
750 g de patatas peladas
2 lonchas de tocino
1 litro de caldo de carne
1/2 vaso de leche
45 g de mantequilla
nuez moscada
sal y pimienta

1 En una cazuela derretir la mantequilla, añadir la cebolla picada y rehogarla durante 5 minutos. Agregar las patatas, peladas y cortadas a dados, las setas y el tocino partido a cuadraditos. Mezclar y cocer 3 minutos.

2 Bañar con el caldo y la leche; sazonar con un poco de nuez moscada, sal y pimienta. Llevar a ebullición, tapar la cazuela y dejar hervir, a fuego lento, durante 20 minutos.

3 Batir la mitad de la sopa hasta reducirla a puré. Verter de nuevo en la cazuela junto con los demás ingredientes. Cocer 5 minutos más. Y servir bien caliente.

Verduras y hortalizas

Coliflores, brécoles y coles, están en su mejor momento pero, también, pueden conformarse platos exquisitos con todo tipo de verduras, tanto frescas como congeladas.

COLIFLOR CON SALSA DE AJO

Ingredientes: (*4 personas*)
1 coliflor blanca y apretada
1/2 kg de zanahorias
1/2 kg de coles de Bruselas
Para la salsa:
100 ml de nata
1/4 litro de caldo
1 cabeza grande de ajos
1 cucharada sopera de pimentón
1 cucharada sopera de harina
aceite
1 vaso de vinagre
vinagre de Módena
perejil picado
sal

1 Cortar todas las hojas de la coliflor y dejarla entera. Colocarla, durante 10 minutos, en un recipiente cubierta con agua fría y un vaso de vinagre. Escurrirla y cocer al vapor. Reservar en caliente.

2 Pelar las zanahorias y hervirlas. Cocer también las coles de Bruselas en agua salada durante 15 minutos.

3 En una sartén con aceite, dorar 4 ó 5 dientes de ajo cortados a rodajitas; retirarlos y reservar. En el mismo aceite, rehogar las zanahorias y las coles. Reservar calientes.

4 Para preparar la salsa, freír el resto de los ajos troceados, añadir una cucharada rasa de harina y después, otra de pimentón. Verter el caldo, agregar la nata y sal; dejar cocer hasta obtener una salsa suave. Añadir una cucharada de vinagre de Módena y una cucharada de perejil picado.

5 Disponer la coliflor en un plato de servicio caliente, rodeada de las verduras. Rociar por encima el ajo frito y un poco de salsa. El resto de la salsa, servirla en salsera aparte.

Recetas: Mª Angels Vallecillo
Foto: Guillermo Lladó
Atrezzo: Villeroy & Boch

P
S

COLIFLOR CON SALSA DE AJOS Y ALMENDRAS

Ingredientes: *(4 personas)*

- 1 coliflor
- 100 g de almendras crudas
- 4 dientes de ajo
- 1 rebanada de pan
- 100 ml (1/2 vaso) de aceite
- 200 ml (1 vaso) de leche evaporada Ideal
- sal y pimienta blanca

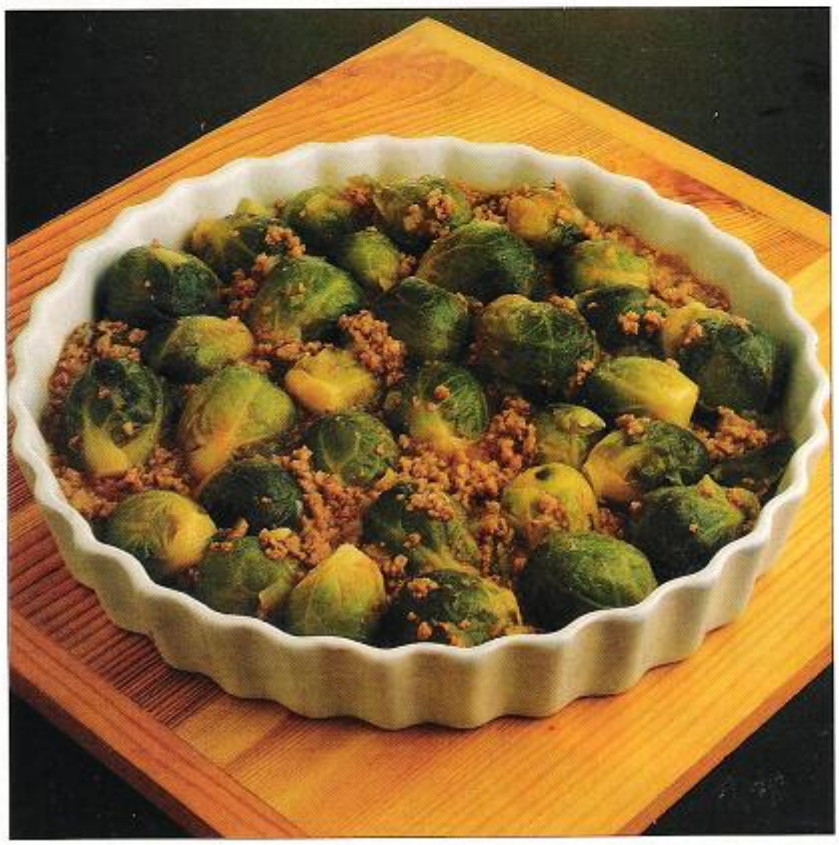
1 Separar la coliflor en ramitos pequeños y cocerla en agua con sal; escurrirla y reservar 100 ml (1/2 vaso) del agua de la cocción.

2 Freír los dientes de ajo pelados en el aceite, a fuego muy suave, de forma que no se doren; cuando estén tiernos retirarlos y, en el mismo aceite, freír la rebanada de pan y las almendras.

3 Pasarlo todo por la batidora junto con la leche evaporada y el agua de cocción de la coliflor hasta obtener una salsa fina; sazonarla con sal y pimienta.

4 Cubrir la coliflor con esta salsa y servirla inmediatamente.

COLES DE BRUSELAS CON QUESO Y CARNE



Ingredientes: *(4 personas)*

- coles de Bruselas
- 250 g de carne de cerdo picada
- 8 lonchas de queso La Lechera
- 1 cebolla
- aceite
- sal y pimienta

1 Hervir las coles de Bruselas en abundante agua con sal durante 20 minutos; escurrirlas.

2 Rehogar la cebolla picada en un poco de aceite; cuando empiece a tomar color, añadir la carne picada y freírla hasta que esté dorada. Agregar las coles de Bruselas, sazonarlo con sal y pimienta y cocerlo todo junto durante 10 minutos.

3 Poner la mitad de esta preparación en una fuente de horno un poco honda, colocar encima las lonchas de queso y cubrirlas con el resto de la preparación de coles y carne.

4 Taparlo con papel de aluminio y cocerlo a horno medio de 10 a 20 minutos.

ZANAHORIAS GRATINADAS

Ingredientes: *(6 personas)*

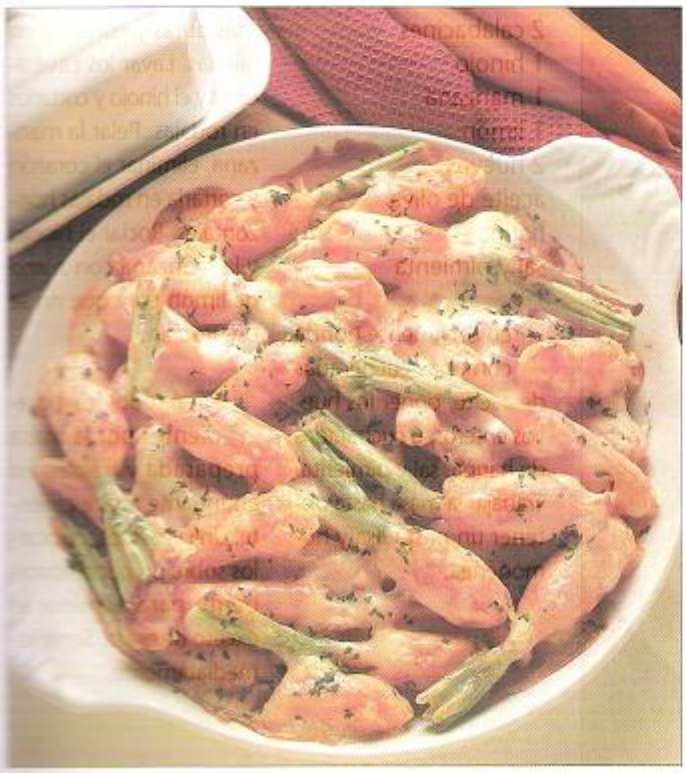
600 g de zanahorias nuevas
300 g de leche
150 g de queso emmental en lonchas finas
80 g de mantequilla
50 g de jamón crudo en lonchas
40 g de harina blanca
perejil
nuez moscada
sal

1 Raspar las zanahorias, lavarlas, hervirlas y dejar enfriar. Cortarlas en trocitos dejando el copete verde. Cortar el queso en dados y las lonchas de jamón en tiritas muy finas.

2 Preparar una bechamel con 40 g de mantequilla, la harina y la leche. Una vez esté lista, retirar del fuego, salar y aromatizar con un poco de nuez moscada. Incorporar el queso y el jamón.

3 Engrasar una fuente para el horno y disponer las zanahorias en ella; verter la bechamel por encima, espolvorear con el perejil picado y repartir la mantequilla restante en trocitos. Cocer en el horno, a 220 °C, durante 15 minutos. Retirar del horno y servir inmediatamente.

Si se desea un plato más completo, puede añadírsele unas cebollitas tiernas, escaldadas y escurridas.



Esencia condensada

FLAN DE MANZANA

Prepara fácilmente un postre delicioso. Sólo necesitas un bote de **Leche Condensada La Lechera** y un poco de imaginación. La Lechera es imprescindible en la elaboración de todos tus postres. Dulce, suave y con un exquisito sabor. El resultado: postres ricos, fáciles y muy cremosos.

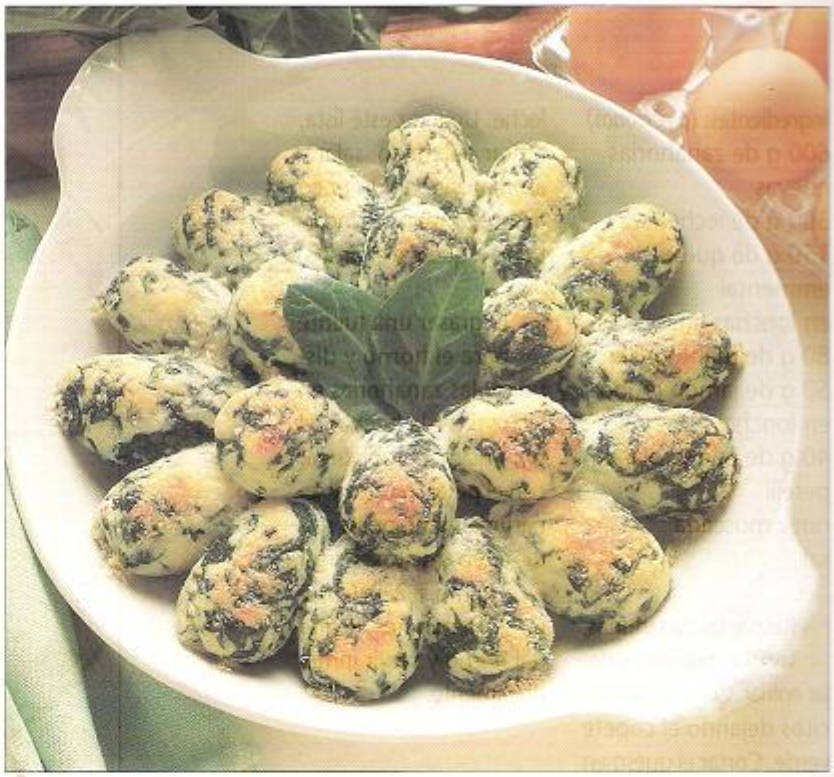
Nestlé
LECHES Y NATAS · COCINA CREATIVA

ALBÓNDIGAS DE ESPINACAS Y QUESO

Ingredientes: *(4 personas)*
- 1 kg de espinacas
- 400 g de queso tierno (tipo requesón)
- 200 g de queso rallado
- 2 yemas de huevo
- harina blanca
- caldo
- mantequilla
- sal

1 Lavar bien las espinacas, escurrir y picar finas. Poner en una fuente honda y amalgamar con los quesos, las yemas de huevo y un poco de sal. Mezclar bien y formar albóndigas de forma alargada; pasar por la harina.

2 Llevar el caldo a ebullición, sumergir las albóndigas y sacarlas apenas salgan a flote. Disponerlas en una fuente para horno engrasada con mantequilla. Introducir en el horno, a 200° C, unos 10 minutos.



FRITURA DE VERDURAS

Ingredientes: *(4 personas)*
- 2 alcachofas
- 2 calabacines
- 1 hinojo
- 1 manzana
- 1 limón
- 2 huevos
- aceite de oliva
- harina
- sal y pimienta

1 En una fuente honda con unas cucharadas de aceite, poner los huevos enteros, 6 cucharadas de harina, sal y pimienta. Trabajar la masa hasta obtener un pasta lisa y homogénea.

2 Limpiar las alcachofas eliminando las hojas más duras y cortarlas en tajadas. Lavar los calabacines y el hinojo y cortarlos en rodajas. Pelar la manzana, eliminar el corazón y cortarla en rodajas horizontales. Rociar el hinojo y la manzana con zumo de limón para que no se oscurezcan.

3 Pasar todos los ingredientes por la masa preparada y freírlos en abundante aceite caliente. Una vez fritos, colocarlos sobre un papel absorbente para eliminar el exceso de grasa. Servir inmediatamente.

VERDURAS ESTOFADAS

Ingredientes: *(4 personas)*

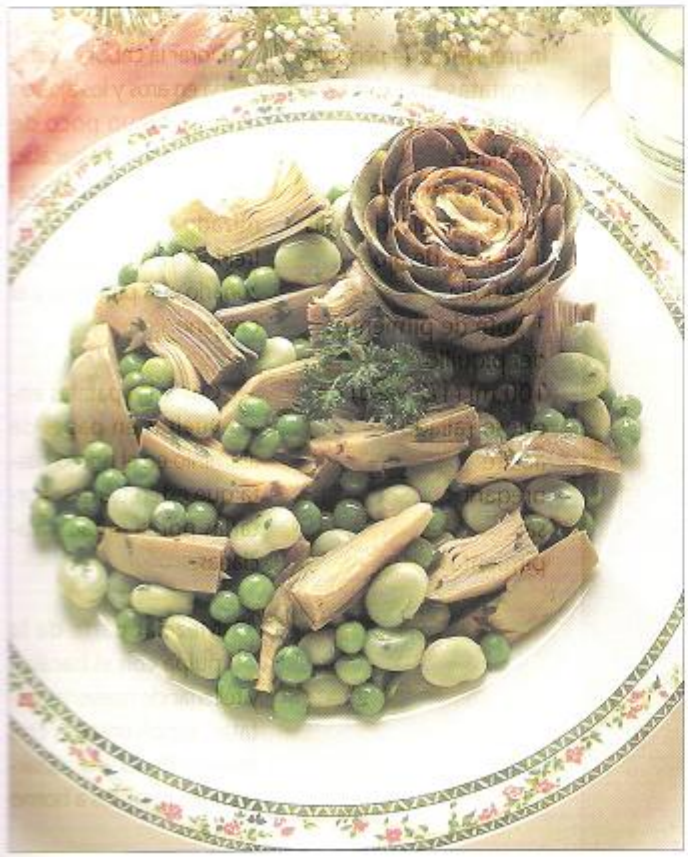
4 alcachofas
200 g de guisantes desgranados
300 g de habas desgranadas
100 ml de vino blanco seco
1 taza de caldo vegetal
zumo de limón
2 cucharadas de aceite
sal y pimienta

1 Limpiar las alcachofas, cortar las partes más duras, partir a trozos y rociar con zumo de limón para que no se ennegrezcan.

2 Calentar el aceite en una sartén, agregar las verduras y salpimentarlas. Dorarlas durante 5 minutos y bañarlas con el vino.

3 Cuando el vino se haya evaporado echar el caldo y dejar cocer, a fuego suave, durante 30 minutos.

Este estofado puede hacerse muy bien con verduras congeladas. En este caso, el tiempo de cocción ha de ser ligeramente inferior.



CELEBRA EL 2000 CON LA LECHERA

Consigue el exclusivo Calendario 2.000 de La Lechera con recetas de Juan Mari Arzak. Y además La Lechera sortea 10 viajes de un fin de semana en San Sebastián con una inolvidable cena en el restaurante Arzak.

Para recibir completamente gratis el extraordinario Calendario de Juan Mari Arzak y La Lechera envía 2 etiquetas de Leche Condensada La Lechera, junto con tus datos personales *(nombre, dirección completa y nº de teléfono)* al Apartado de Correos 1.372, 08080 Barcelona.

Y además,

todas las cartas participarán en el sorteo de 10 viajes (5 premios de un viaje para dos personas) de un fin de semana en San Sebastián, con cena en el restaurante Arzak.

POR FAVOR, ESCRIBA SUS DATOS CON MAYÚSCULAS

Nombre ..... 1er apellido .....

2º apellido ..... Sexo V ☐ M ☐

Domicilio .....

Número ..... Piso/Puerta/Escalera... .....

Localidad .....

Código postal ..... Provincia ..... Teléfono .....

Promoción limitada a las 25.000 primeras cartas enviadas para el regalo del calendario. Todas las cartas participarán en el sorteo. Promoción válida hasta el 20/01/2000, y limitada al territorio nacional. Bases depositadas ante Notario. Para más información tel. 902 10 34 74. A fin de proporcionarle información sobre nuestras actividades, nos permitiremos incorporar sus datos al fichero Corporativo de Nestlé España, S.A. Si no lo desea, indíquelo con una X en esta casilla: ☐ Tiene derecho a acceder a dicho fichero y a rectificar y cancelar sus datos dirigiéndose al Apdo. de Correos 1404, 08080 Barcelona.

PATATAS GUISADAS

Ingredientes: *(4 personas)*
- 1 kg de patatas
- 2 huevos
- 5 dientes de ajo
- 2 cubitos Maggi
- 1 cucharada de almendras tostadas
- perejil
- aceite
- vinagre
- harina
- sal

1 Pelar las patatas, cortarlas en rodajas no muy finas y sazonarlas con sal. Pasarlas por harina y huevo batido y freírlas en abundante aceite caliente; escurrirlas y reservarlas.

2 Poner en una cazuela las patatas, un poco del aceite utilizado para freírlas, los cubitos de caldo disueltos en 1/2 litro de agua caliente, una ramita de perejil picado, las almendras y los dientes de ajo machacados en el mortero y un chorrito de vinagre y cocerlo, a fuego suave, durante 20 minutos añadiendo un poco de agua si fuera preciso.

PATATAS RELLENAS DE BACALAO

Ingredientes: *(4 personas)*
- 4 patatas grandes
- 200 g de bacalao desalado
- 6 cucharadas de tomate tamizado Solís
- 4 dientes de ajo
- 1 cebolla
- 1 bote de pimientos del piquillo
- 100 ml (1/2 vaso) de queso rallado
- aceite
- orégano
- sal
- pimienta

1 Dorar la cebolla cortada en aros y los ajos en láminas en un poco de aceite. Agregar el bacalao desmigado, el tomate tamizado y los pimientos; freírlos unos minutos. Sazonarlo con pimienta y el orégano.

2 Cocer las patatas envueltas en papel de aluminio en el horno hasta que estén tiernas; cortarlas por la mitad y vaciarlas.

3 Mezclar parte de la pulpa con el bacalao y rellenar de nuevo las patatas. Espolvorearlas con queso rallado y gratinarlas unos minutos a horno fuerte.

COSTRADA DE PURÉ CON VERDURAS

Ingredientes: *(6 personas)*

- 4 huevos
- 150 g de queso rallado
- 50 g de mantequilla
- 2 puerros
- 2 calabacines
- 1 cebolla
- sal y pimienta

Para el puré:

- 1 kg de patatas
- 1/2 litro de leche
- 80 g de mantequilla
- nuez moscada

1 Rebanar los puerros, la cebolla y los calabacines; rehogar todo en una sartén con la mantequilla, sal y pimienta. Batir 2 huevos con la mitad del queso rallado y reservar.

2 Para hacer el puré: hervir las patatas en agua salada, escurrir, pelar y pasar por el pasapuré. Después, mezclar el puré con la leche, la mantequilla y una pizca de nuez moscada.

3 Dejar que se enfríe el puré, agregar los huevos y el queso rallado restantes, mezclar bien y recubrir el fondo de una tartera redonda con la mitad del puré. Poner la otra mitad en una manga pastelera con boquilla de estrella.

4 Verter las verduras en la tartera, recubrirlas con la salsa de huevo. Decorar el borde de la tartera con puré y formar una rejilla en la superficie. Cocer en el horno a 200°C durante 20 minutos.

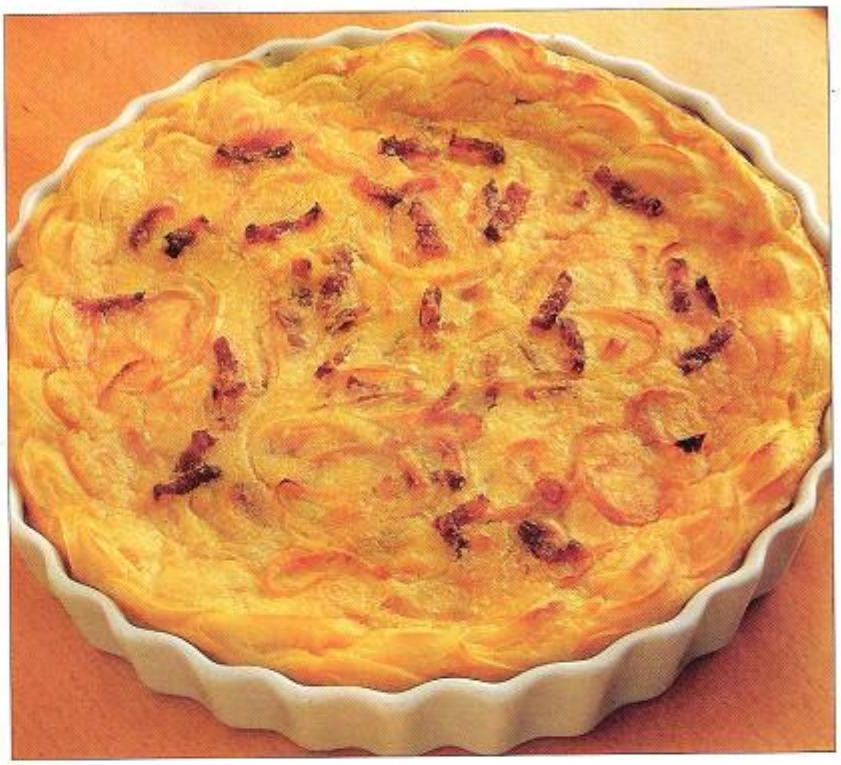
TARTA DE PATATA Y CEBOLLA

Ingredientes: *(4 personas)*
600 g de cebollas
1 paquete de puré de patatas Maggi
200 ml (1 vaso) de leche
100 g de mantequilla
100 g de bacon en lonjas finas
3 huevos
1 bote de nata
sal y pimienta

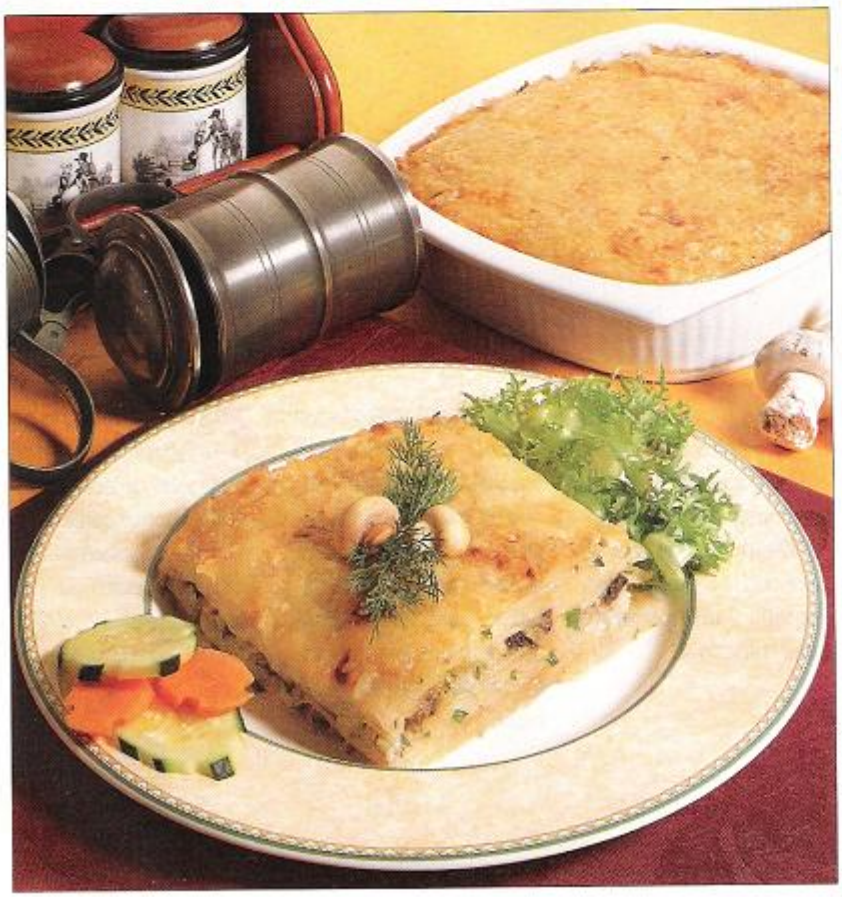
1 Preparar el puré con 200 ml (1 vaso) de agua, la leche, la mitad de la mantequilla y una cucharadita de sal. Ponerlo en un molde de tarta y extenderlo de modo que cubra el fondo y las paredes.

2 Cortar las cebollas en discos finos y freírlas, a fuego muy suave, en el resto de la mantequilla. Antes que se doren, añadir el bacon cortado en trocitos y rehogar unos minutos. Escurrir, mezclarlo con los huevos batidos y la nata y sazonarlo con sal y pimienta.

3 Verter la preparación anterior en el molde de puré y cocerlo a horno medio, hasta que esté cuajado (30 minutos aproximadamente).



GRATIN DE PATATAS DE DOUVAINE



Ingredientes: *(4 personas)*
1 kg de patatas
1/2 kg de champiñones
1/2 kg de setas de temporada
250 ml de nata líquida
125 g de queso gruyère rallado
2 cebollas medianas
3 dientes de ajo
perejil
100 g de mantequilla
sal y pimienta

1 Pelar las patatas y lavarlas. Secarlas con papel de cocina y cortar en rodajas muy finas. Sazonar con sal y pimienta.

2 Limpiar y trocear las setas y los champiñones. Añadir la cebolla, cortada en rodajitas finas, 2 dientes de ajo y el perejil picados; salpimentar.

3 Con el diente de ajo sobrante, frotar una fuente para el horno y después, untar bien de mantequilla. Colocar en capas, alternando las patatas, el queso y la mezcla de setas, cebolla, ajo y perejil.

4 Repetir la operación anterior hasta acabar con una capa de patatas. Cubrir con la nata líquida, el resto de queso y trocitos de mantequilla. Cocer en el horno unas 2 horas. Servir en la misma fuente.

FLANES DE ESPINACAS

Ingredientes: *(4 personas)*

- 1 kg de espinacas
- 1 escalonia
- 8 huevos
- 4 tomates maduros
- 1 cebolla
- 2 cucharadas de nata líquida
- 1 ramita de tomillo
- mantequilla
- aceite de oliva
- nuez moscada
- sal y pimienta

1 Cortar la cebolla y los tomates en trozos y rehogar en un poco de aceite, a fuego fuerte, durante 5 minutos. Añadir la ramita de tomillo y un chorrito de agua. Sazonar con un poco de sal y cocer, tapado, a fuego suave, durante 15 minutos más. Pasar por el chino y reservar.

2 Lavar las espinacas bajo el chorro de agua fría y quitarles los tallos gruesos. Poner en una sartén y, sin escurrir, cocer durante unos minutos sin dejar de remover. Retirarlas y, en la misma sartén, fundir una nuez de mantequilla. Añadir la escalonia, picada fina, y freír a fuego suave hasta que empiece a tomar color.

3 Reincorporar las espinacas, sazonar con sal y pimienta y rehogarlo todo junto unos minutos más.

4 En un cuenco, batir los huevos junto con la nata líquida. Agregar las espinacas preparadas, rectificar el sazonado, perfumar con un pellizco de nuez moscada y mezclarlo todo bien.

5 Engrasar el interior de 8 moldes individuales con un poco de mantequilla, repartir en ellos la preparación anterior y cocerlos en el horno, al baño maría, durante unos 30 minutos, hasta que los flanes estén cuajados.

6 Desmoldarlos y servir colocados en platos individuales, sobre un lecho de salsa de tomate.

Legumbres

Cálida armonía de sabores que consigue platos completos y muy apetitosos. Las legumbres, cocidas poco a poco, son un alimento imprescindible para una buena nutrición.

JUDÍAS BLANCAS GRATINADAS

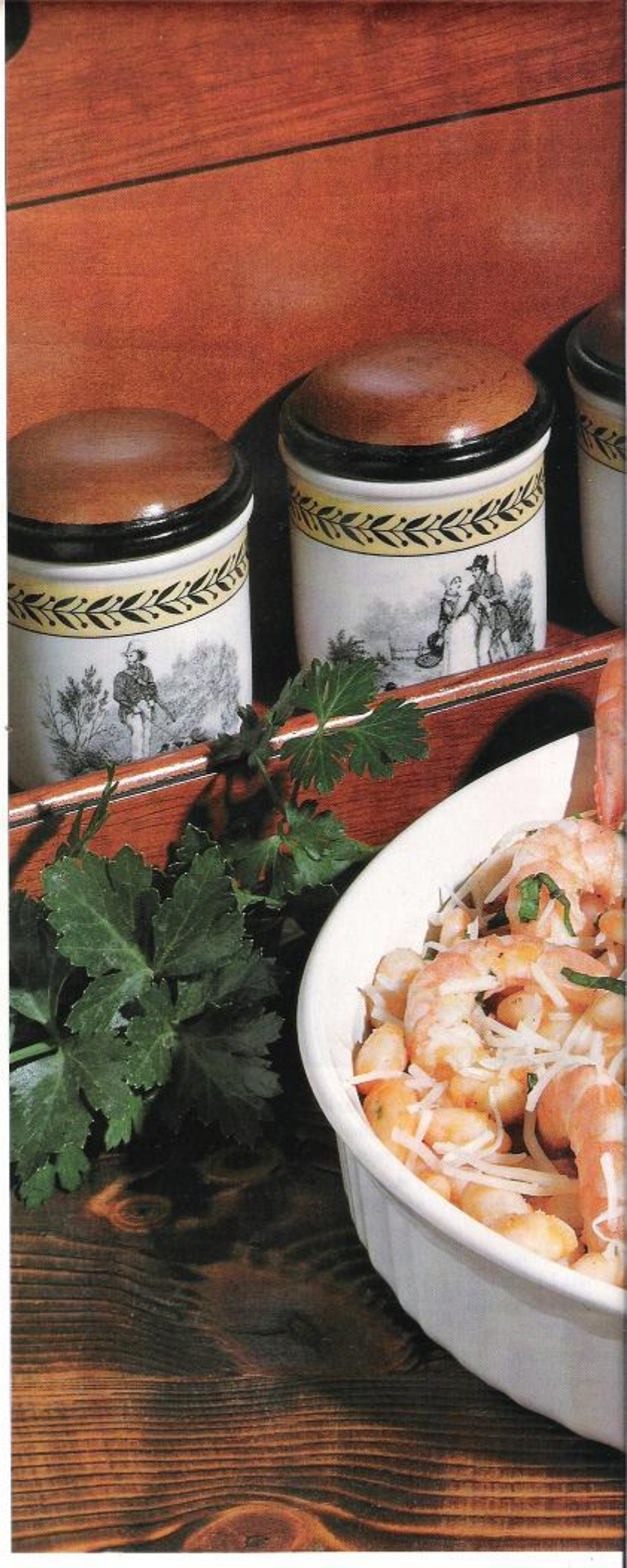
Ingredientes: *(4 personas)*

- 1 kg de judías blancas cocidas
- 300 g de gambas
- 1 kg de tomate maduro
- 1 cabeza de ajo
- 1 vaso de nata líquida
- 50 g de mantequilla
- aceite
- 100 g de queso rallado
- laurel
- tomillo
- perejil
- nuez moscada
- sal y pimienta

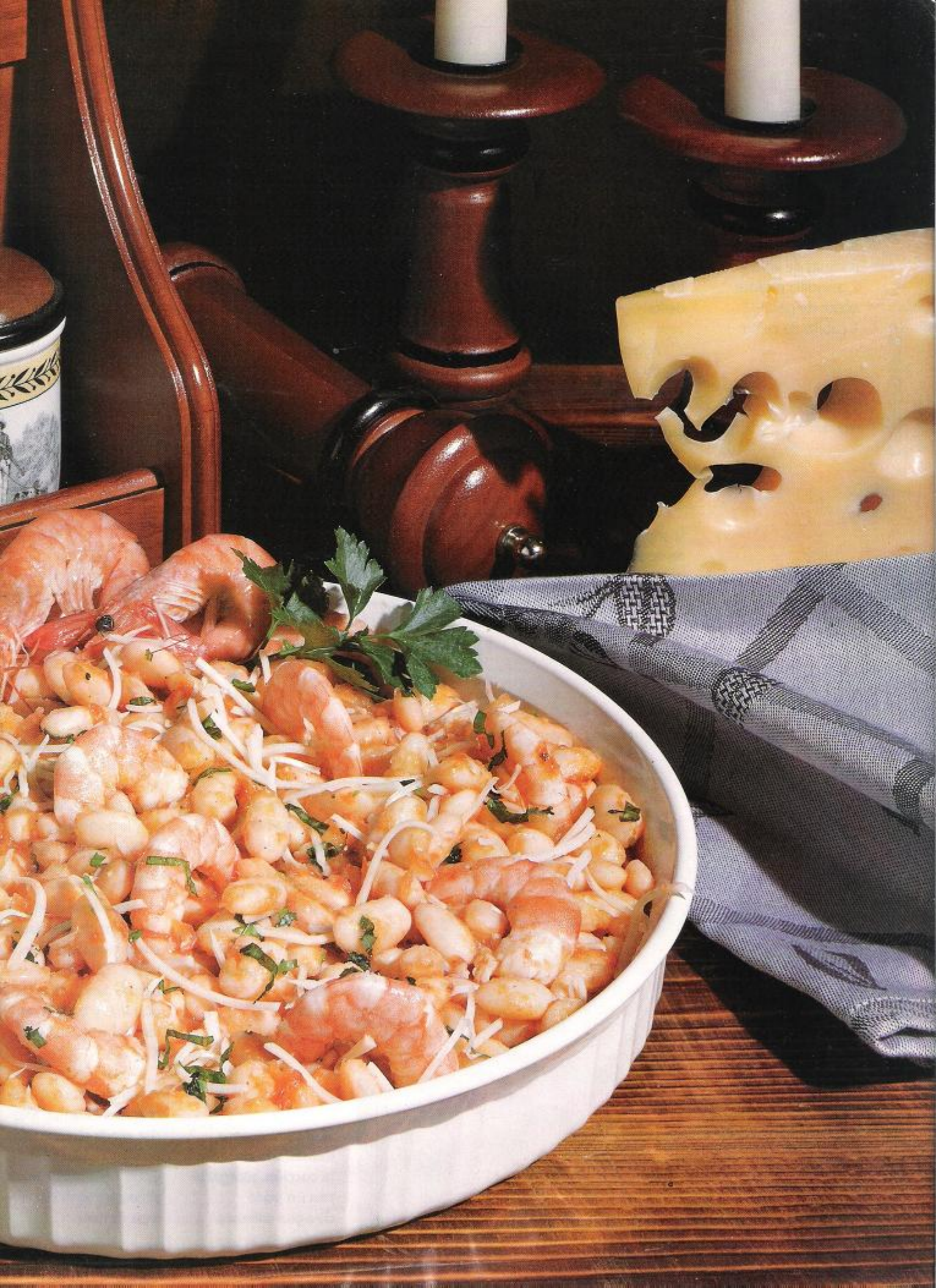
1 Poner una cazuela al fuego con aceite, freír en ella unos ajos, pelados y picados, el tomate rallado y las hierbas aromáticas. Reducir el sofrito y salpimentar.

2 En otra cazuela, sofreír 2 ó 3 dientes de ajo, cortados en láminas, junto con las gambas. Pelar las gambas y echar las cabezas a la cazuela; verter sobre ellas la nata, un poco de sal, pimienta y nuez moscada. Dar un hervor y retirar del fuego. Pasar por un chino e incorporar al sofrito de tomate.

3 En una fuente para el horno untada con mantequilla, poner las judías mezcladas con parte del tomate y repartir las gambas por encima. Espolvorear con queso y gratinar en el horno. Servir las judías acompañadas del resto del tomate en salsera aparte.



Realización: Mª Ángeles Vallecillo
Foto: Guillermo Lladó
Atrezzo: Villeroy & Boch



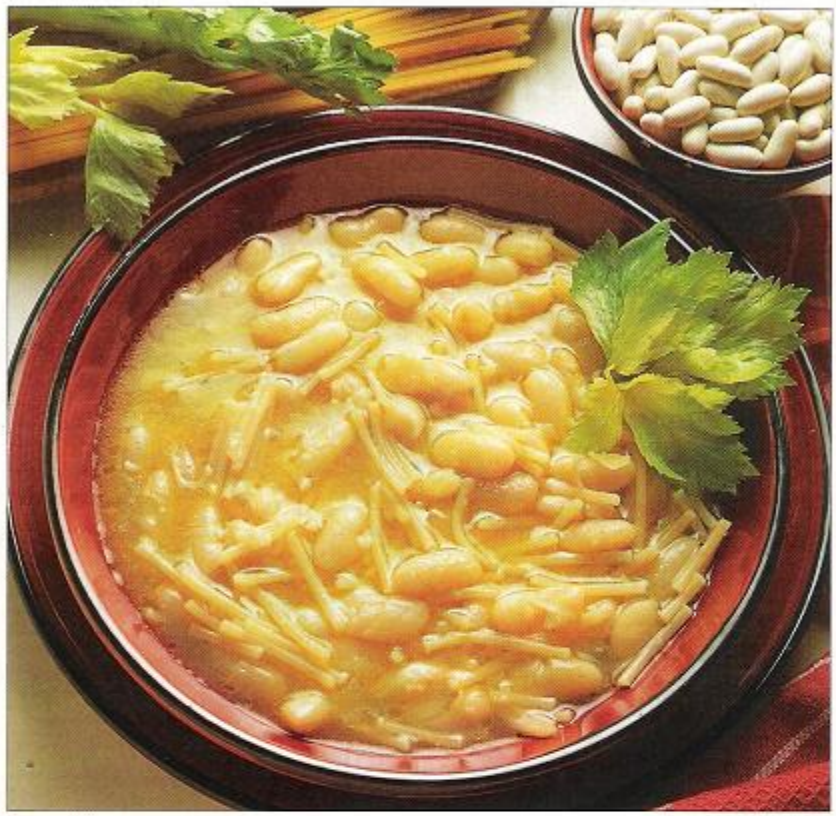
SOPA DE ALUBIAS CALDOSAS

Ingredientes: *(4 personas)*
- 500 g de alubias blancas largas
- harina blanca
- una pizca de bicarbonato
- 2 ramas de apio
- 1 guindilla picante
- aceite de oliva
- 1 cubito de caldo

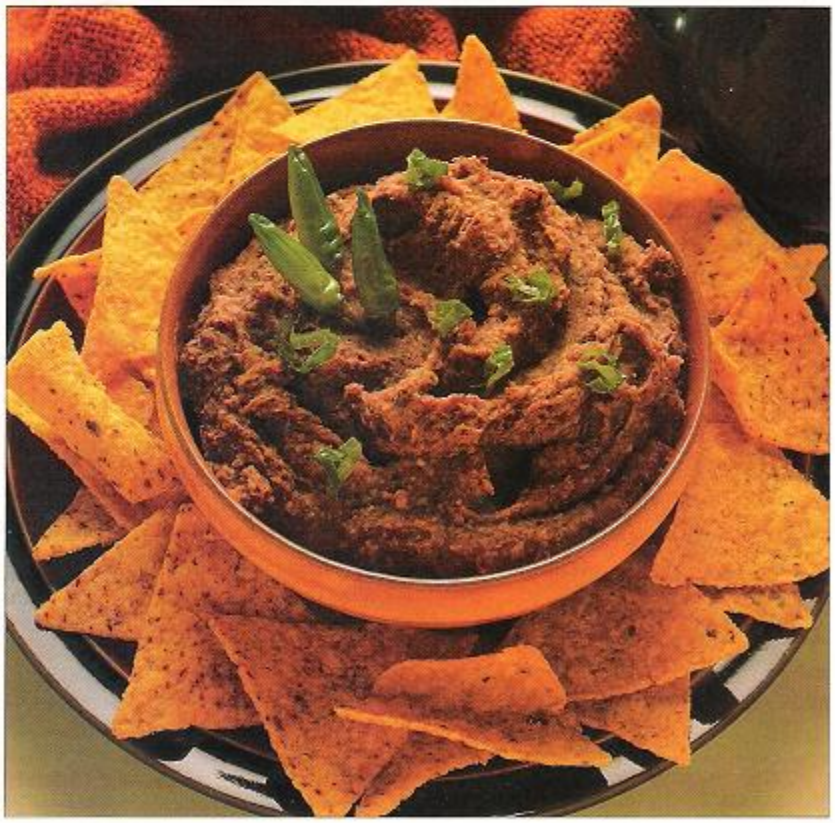
1 Remojar las alubias con una pizca de bicarbonato y 1 cucharada de harina durante 24 horas. Escurrir y enjuagar. Poner en una cazuela ovalada y cubrir con agua, ésta debe sobrepasarlas cuatro dedos.

2 Agregar el apio cortado y un chorrito de aceite, la guindilla cortada y el cubito desmenuzado. Cocer a fuego bajo durante 2 horas.

3 En el momento de servir se puede agregar a la sopa una cucharada de salsa de tomate.



GUISADO DE ALUBIAS



Ingredientes: *(4 personas)*
- 200 g de alubias rojas secas o 500 g de alubias rojas en conserva
- 1 diente de ajo
- 1 cebolla
- 1 guindilla verde fresca
- una pizca de guindilla picante en polvo
- 60 g queso picante rallado
- aceite
- sal

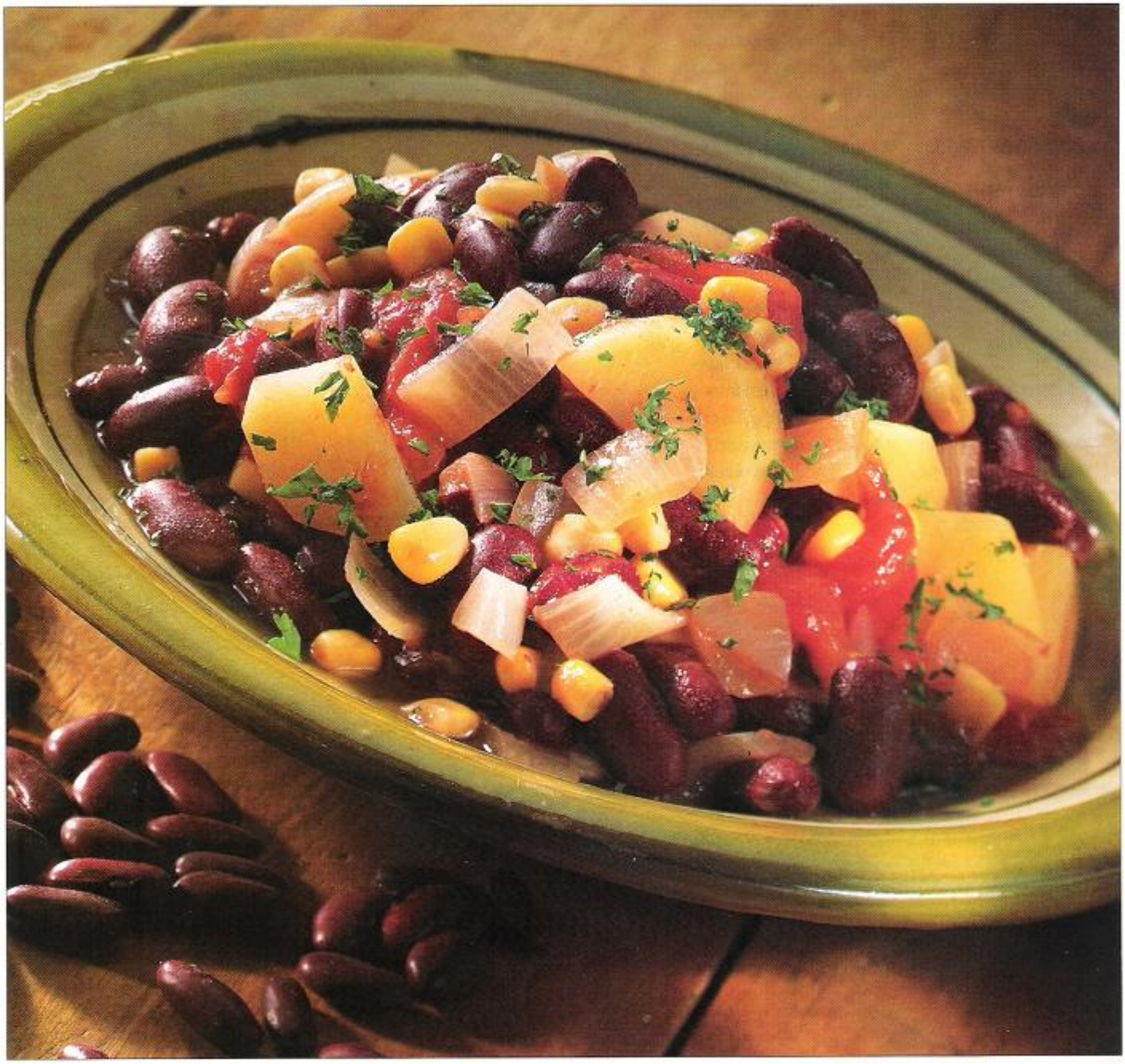
Si el puré espesa demasiado durante la cocción, alargarlo con un poco de agua caliente.

1 Calentar en una cazuela el aceite con el ajo aplastado, la cebolla picada, la guindilla en polvo y la guindilla verde picada. Rehogar, a fuego bajo, durante 5 minutos.

2 Hervir las alubias, previamente remojadas en agua durante toda la noche, y cuando estén bien cocidas, apartar 3 cucharadas y batir el resto hasta obtener un puré.

3 Verter el puré en una sartén junto con 2 cucharadas de agua. Mezclar, añadir el queso rallado y las alubias enteras. Cocer unos minutos, sal pimentar y servir con cortezas de maíz.

ALUBIAS ROJAS GUISADAS



Ingredientes: *(4 personas)*

- 300 g de alubias rojas
- 500 g de patatas
- 100 g de maíz cocido
- 4 tomates maduros
- 1 cebolla grande
- 4 cucharadas de puré de tomate
- aceite de oliva
- tabasco
- sal y pimienta

1 Cocer las judías, previamente remojadas, en abundante agua hirviendo, a fuego suave, durante 1 1/2 horas, hasta que estén tiernas pero no deshechas. Escurrir y reservar.

2 Pelar las patatas, cortar en trozos regulares. Pelar la cebolla y cortarla en trocitos. Escaldar los tomates, quitar la piel y las semillas y cortarlos en cuartos.

3 Cocer las patatas en agua hirviendo salada hasta que estén tiernas pero enteras. Escurrir y reservar.

4 En una cazuela de fondo grueso, freír la cebolla en un poco de aceite, a fuego suave, durante unos 5 minutos, hasta que empiece a tomar color. Agregar las alubias escurridas, el maíz cocido, los tomates y el puré de tomate, sazonar con sal y pimienta recién molida y regar con 250 ml de agua.

5 Tapar, llevar a ebullición y cocer todo junto, a fuego suave, durante 10 minutos, removiendo de vez en cuando. Incorporar las patatas y continuar la cocción unos 5 minutos más.

6 Perfumar con unas gotitas de tabasco y servir inmediatamente.

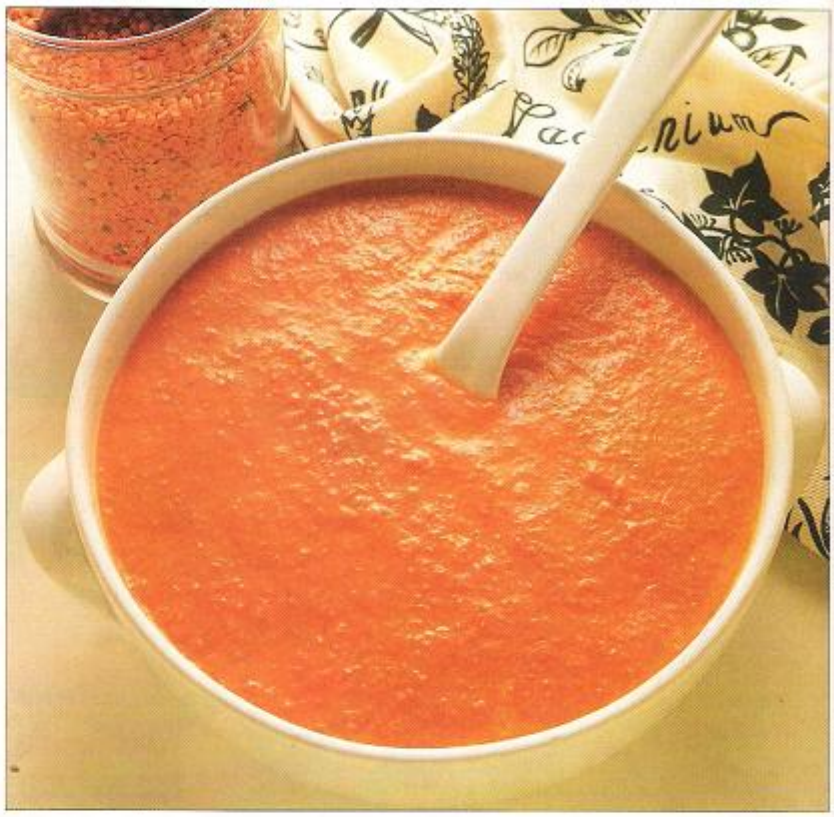
SOPA DE LENTEJAS ROJAS

Ingredientes: *(6 personas)*
300 g de lentejas rojas
5 lonchas de bacon
1 lata de tomates sin piel
1 vaso de nata líquida
1 litro de caldo
1 zanahoria
1 cebolla
1 rama de apio
2 hojas de laurel
perejil
mantequilla
aceite
sal y pimienta

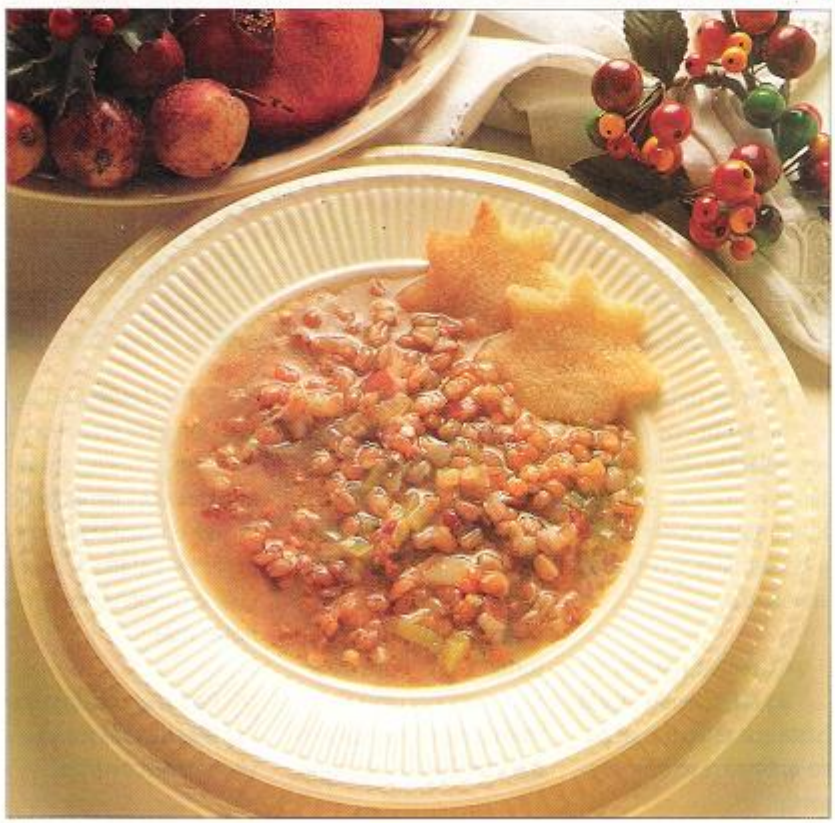
1 Lavar bien las lentejas (esta clase no se pone en remojo) y hervirlas 30 minutos en el caldo hirviendo.

2 Picar las verduras y el bacon y sofreír en mantequilla y aceite con las hojas de laurel. Escurrir las lentejas y agregar al sofrito junto con los tomates troceados. Una vez terminada la cocción, retirar el laurel y batir el resto con un vaso de caldo.

3 Verter de nuevo el puré en el resto del caldo (reservar 2 vasos), agregar la nata, salpimentar y llevar a ebullición. Si la crema resulta demasiado espesa, alargar con el caldo apartado.



LENTEJAS CON FARRO



Ingredientes: *(6 personas)*
250 g de lentejas rojas
200 g de farro (cebada a medio moler)
2 litros de caldo de cubito
3 puerros
2 cebollas
150 g de jamón crudo cortado a dados
2 cucharadas de nata líquida
pan de molde
60 g de mantequilla
mejorana
aceite de oliva
sal y pimienta

1 Remojar las lentejas durante 3 horas en agua fría y el farro durante 12 hora, también en agua fría.

2 Recortar las rebanadas de pan con un molde en forma de estrella, dorarlas en el aceite caliente. Escurrir y reservar. Poner el caldo en una cazuela y llevar a ebullición, verter el farro y cocer a fuego bajo durante 1 hora. Agregar las lentejas y continuar la cocción otros 30 minutos.

3 Picar los puerros y la cebolla. Sofreír en una sartén con la mantequilla y el jamón, añadir la mejorana y apagar el fuego. Incorporar la nata y salpimentar. Verter estos ingredientes en cazuela y cocer 5 minutos más. Servir con rebanadas de pan frito.

Arroz

Recetas, nuevas y sorprendentes, para uno de los alimentos más clásicos que van desde, un vegetariano Arroz con alcachofas y puerros, al sofisticado Timbal de arroz y carne o los italianos Risottos.

ARROZ PILAF CON ALCACHOFAS Y PUERROS

Ingredientes: *(4 personas)*

- 500 g de arroz
- 5 alcachofas tiernas
- 3 tomates maduros
- 2 dientes de ajo
- 4 puerros
- 400 g de guisantes
- caldo de pollo
- aceite
- 1 limón
- sal y pimienta

1 Hervir los guisantes en el caldo y reservar. Pelar las alcachofas y dejar solo los corazones; untarlos con el limón.

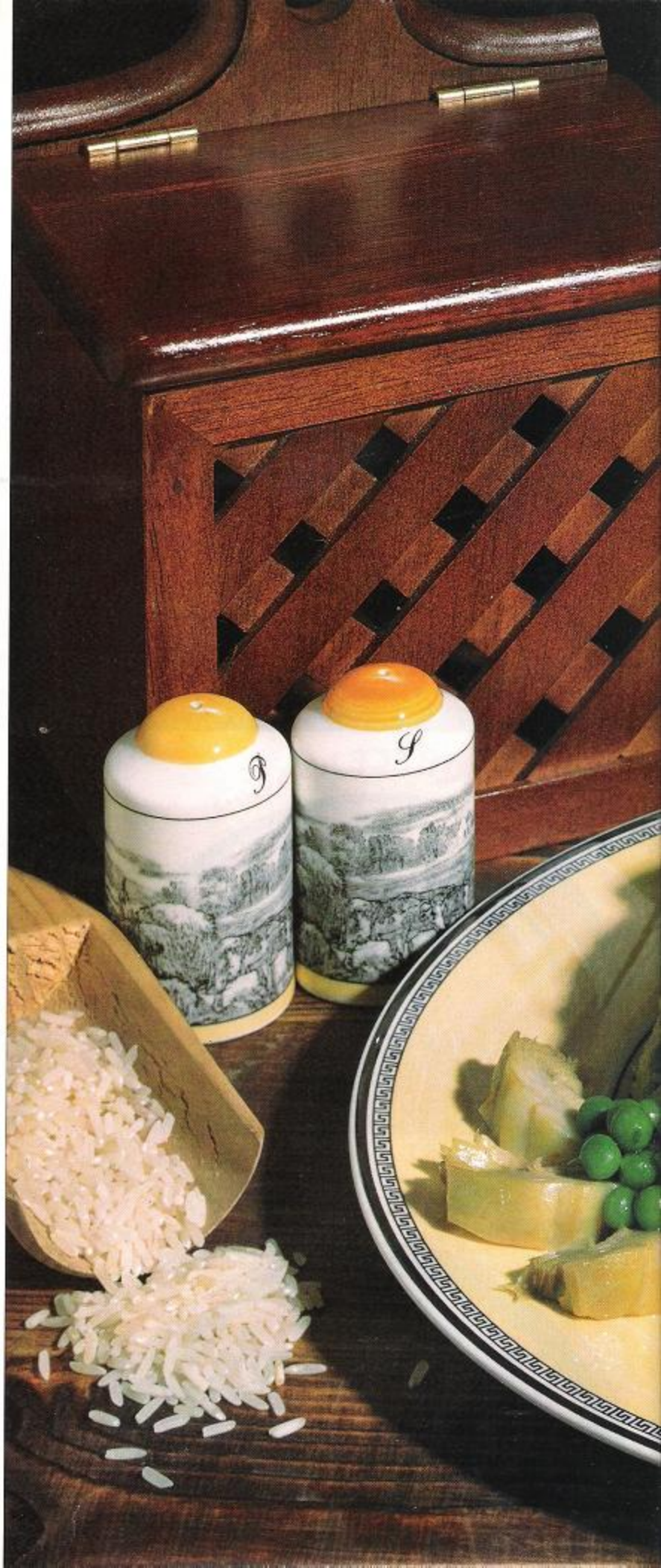
2 Pelar los puerros dejando sólo la parte blanca; limpiarlos bien y cortar en anillos. Pelar y trocear los tomates desechando las semillas.

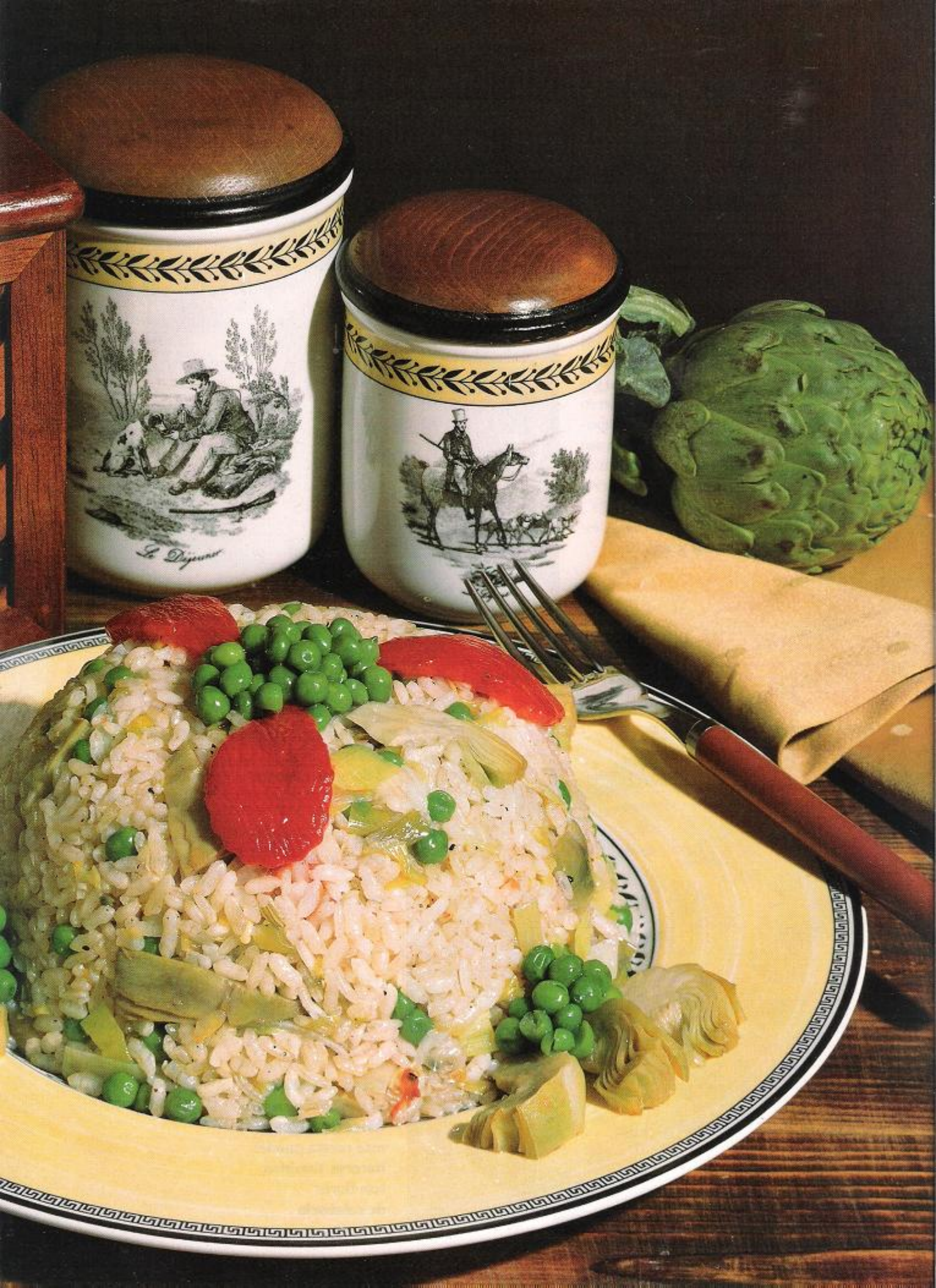
3 En una cazuela de barro con un poco de aceite, rehogar los puerros y los ajos picaditos. Añadir los tomates y sofreír todo junto durante unos minutos.

4 Agregar a la cazuela las alcachofas, troceadas en lonchitas y el arroz; removerlo bien con el sofrito y echar la misma cantidad de caldo que de arroz.

5 Cuando arranque a hervir, añadir los guisantes (reservar algunos para la decoración), cubrir con papel de aluminio e introducir en el horno durante 18 minutos. Sacar del horno, verter el arroz en un molde y servir en una fuente decorado con trozos de pimiento y guisantes.

Receta: Mª Angels Vallecillo
Foto: Guillermo Lladó
Atrezzo: Villeroy & Boch




Le Déjeuner

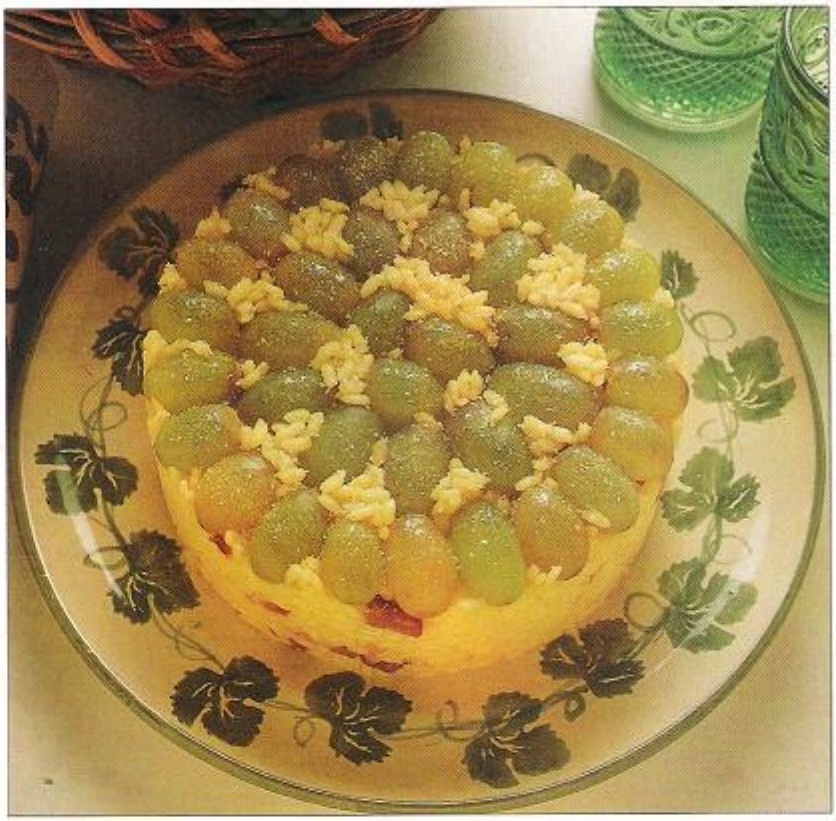
TIMBAL DE ARROZ CON UVA

Ingredientes: *(4 personas)*

- 300 g de arroz
- 1 racimo de uva blanca
- 2 huevos
- 100 g de queso rallado
- 150 g de bacon ahumado en lonchas finas
- pan rallado
- 1 cucharada de mantequilla
- sal

1 Hervir el arroz en abundante agua salada. Lavar y desgranar la uva. Engrasar una tartera redonda, espolvorear con pan rallado y cubrir el fondo con los granos de uva muy juntos.

2 Escurrir el arroz, volver a poner en la cazuela y añadir los huevos batidos, el queso rallado y el bacon a trocitos. Verter en la tartera y alisar la superficie. Espolvorear con pan rallado y unos trocitos de mantequilla. Introducirlo en el horno, a 180° C, unos 30 minutos. Desmoldar y servir tibio.



RISOTTO A LAS FLORES DE CALABAZA

Ingredientes: *(6 personas)*

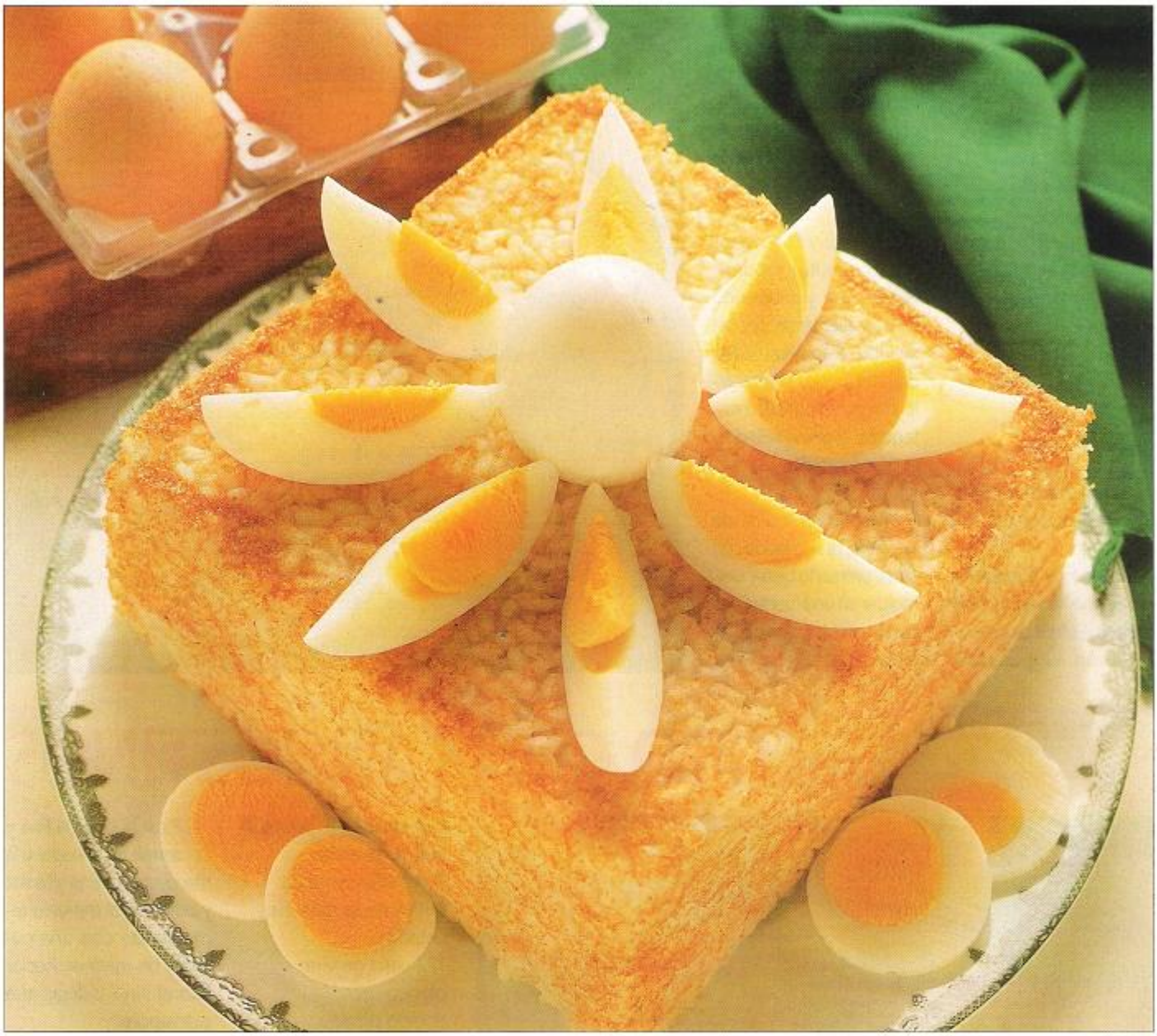
- 350 g de arroz
- 8 flores de calabaza abiertas
- 1/2 cebolla
- 30 g de mantequilla
- perejil picado
- caldo
- sal y pimienta

1 Cortar la cebolla y las flores de calabaza en trozos, sofreír en una cazuela con la mantequilla y 2 cucharadas de aceite. Añadir el arroz y tostarlo unos segundos. Salpimentar.

2 Continuar la cocción añadiendo el caldo, poco a poco y sin dejar de remover. Cuando el arroz esté cocido disponer en una fuente, espolvorear con el perejil y servir inmediatamente.

Como no siempre es posible encontrar flores de calabaza, esta receta puede hacerse, tambien, con flores de calabacín

TIMBAL DE ARROZ Y CARNE



Ingredientes: *(6 personas)*

500 g de arroz
200 g de mantequilla
1/2 cebolla
1 1/2 litro de caldo
100 g de carne de ternera picada
la miga de un panecillo bañada en leche
2 huevos
5 huevos duros
3 cucharadas de queso rallado
150 g de queso fresco
3 cucharadas de vino blanco
30 g de setas secas remojadas
1 diente de ajo
nuez moscada
pan rallado
aceite
sal y pimienta

1 Picar las setas y rehogar en 30 g de mantequilla junto con el ajo. Bañar con el vino blanco y dejar evaporar. Agregar 1 cucharón de caldo y continuar la cocción.

2 En una fuente honda poner la carne, la miga de pan, los huevos crudos, el queso, sal y pimienta. Condimentar con una pizca de nuez moscada y amalgamarlo.

3 Formar albóndigas pequeñas y dorar en un poco de aceite. Rehogar la cebolla picada con el resto de la mantequilla, añadir el arroz y cocer añadiendo de vez en cuando caldo hirviendo. Engrasar un molde de bordes altos, a ser posible cuadrado; espolvorearlo con pan rallado y revestir el fondo y los bordes con una parte del arroz.

4 Rellenar el molde alternando capas de salsa de setas con rodajas de 2 huevos duros, rodajas de queso fresco y albóndigas de carne. Terminar con una capa de arroz e introducir en el horno, a 200°C, durante 15 minutos. Retirar el molde del horno, volcar sobre una fuente y decorar con el huevo duro sobrante.

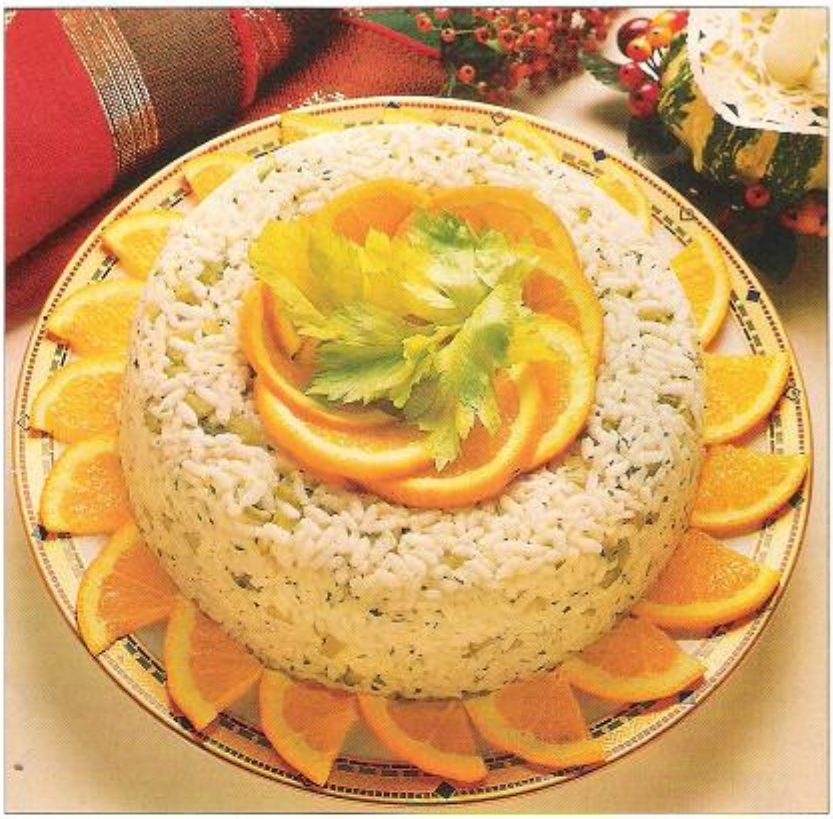
ARROZ A LA NARANJA

Ingredientes: *(4 personas)*
350 g de arroz
el zumo de dos naranja
1 cebolla
2 dientes de ajo
2 ramas de apio blanco
1 copita de licor seco
30 g de queso rallado
60 g de mantequilla
albahaca
perejil
guindilla en polvo
caldo
pimienta
sal
1 naranja cortada en gajos para adornar

1 Picar fina la cebolla, el apio, los ajos y la albahaca. Sofreír en una cazuela con 40 g de mantequilla. Añadir el arroz y tostarlo unos minutos sin dejar de remover con una cuchara de madera. Bañar con el licor, dejar evaporar e incorporar el zumo de naranja y la guindilla.

2 Mezclar y cocer otros 15 minutos sin dejar de remover y añadiendo caldo caliente de vez en cuando. Salpimentar. Retirar del fuego, mantecarlo con el resto de la mantequilla, el queso rallado y el perejil picado.

3 Pasar a un molde de anillo, humedecido con agua, prensarlo bien y desmoldar en una fuente. Decorar con los gajos de naranja.



RISOTTO CON LANGOSTINOS

Ingredientes: *(6 personas)*
400 g de arroz
1 cebolla pequeña
300 g de langostinos pelados
1/2 vaso de vino blanco seco
eneldo picado
40 g de mantequilla
2 cucharadas de aceite
1 litro de caldo de cubito

1 Picar la cebolla fina y sofreír en el aceite y la mantequilla. Verter el arroz y dorar unos minutos removiendo con una cuchara de madera. Rociar con el vino y dejar que se evapore.

2 Añadir un cucharón de caldo hirviendo y continuar la cocción durante 15 minutos sin dejar de remover y añadiendo caldo cuando el arroz tienda a secarse.

3 Agregar los langostinos y continuar la cocción otros 5 minutos. Espolvorear el arroz con el eneldo picado y servir.

TIMBAL DE ARROZ CON ALCACHOFAS

Ingredientes: *(6 personas)*

8 corazones de alcachofa
500 g de arroz
1 cebolla
caldo de carne
100 g de queso rallado
400 g de langostinos
100 g de bechamel
el zumo de 1/2 limón
perejil
100 g de mantequilla
sal

1 Cortar la cebolla y rehogarla en la mantequilla. Agregar el arroz, tostar y llevar a ebullición, sin dejar de remover, añadiendo poco a poco el caldo hirviendo. Una vez cocido, añadir el perejil y 60 gr de queso rallado.

2 Limpiar las alcachofas y hervir en agua salada y acidulada con el zumo de limón. Hervir los langostinos en agua salada 5 minutos. Escurrir las alcachofas y cortar la mitad en gajos; poner en un bol y agregar la mitad de los langostinos, cortados en trozos. Incorporar la bechamel y el resto del queso.

3 Con una parte del risotto forrar un molde redondo engrasado, dejando un hueco en el centro. Rellenar con la mezcla de alcachofas y langostinos y cubrir con el resto del arroz.

4 Introducir en el horno durante 15 minutos. Desmoldar en una fuente y decorar con las alcachofas y langostinos reservados.

BUDIN DE ARROZ Y COL

Ingredientes: *(4 personas)*

- 350 g de arroz
- 2 huevos
- 10 hojas de col
- 40 g de queso rallado
- 100 g de jamón cocido
- 1/2 cebolla
- perejil picado
- aceite
- sal

1 Escaldar las hojas de col durante 15 minutos en abundante agua salada. Escurrir y hervir el arroz en la misma agua.

2 En una cazuela sofreír la cebolla, cortada a trocitos, junto con 3 cucharadas de aceite hasta que esté dorada.

3 Escurrir el arroz, ponerlo en una fuente honda e incorporar la cebolla con el aceite, el jamón cortado a dados y el perejil picado. Batir los huevos con el queso e incorporar al arroz.

4 Untar con mantequilla una fuente para el horno y forrar el fondo y los bordes con las hojas de col, de forma que sobresalgan del borde superior.

5 Verter el arroz y cubrirlo con las hojas de col que sobresalgan. Rociar con un poco de aceite e introducir en el horno, a 220°C, durante 15 minutos.

Pasta

Alimento milenario, la pasta ha sabido adaptarse a los gustos más modernos siendo imprescindible, tanto en los menús cotidianos, como en las recetas más elaboradas y creativas.

FIDEOS CON ZANAHORIA Y GUISANTES

Ingredientes: *(4 personas)*

500 g de fideos
350 g de costilla de cerdo troceada
125 g de panceta ahumada en un trozo
3 zanahorias
1 cebolla mediana
4 dientes de ajo
1 pimiento verde
125 g de guisantes
1 hoja de laurel
pimentón
salsa de tomate
1/2 litro de caldo
aceite de oliva
sal y pimienta

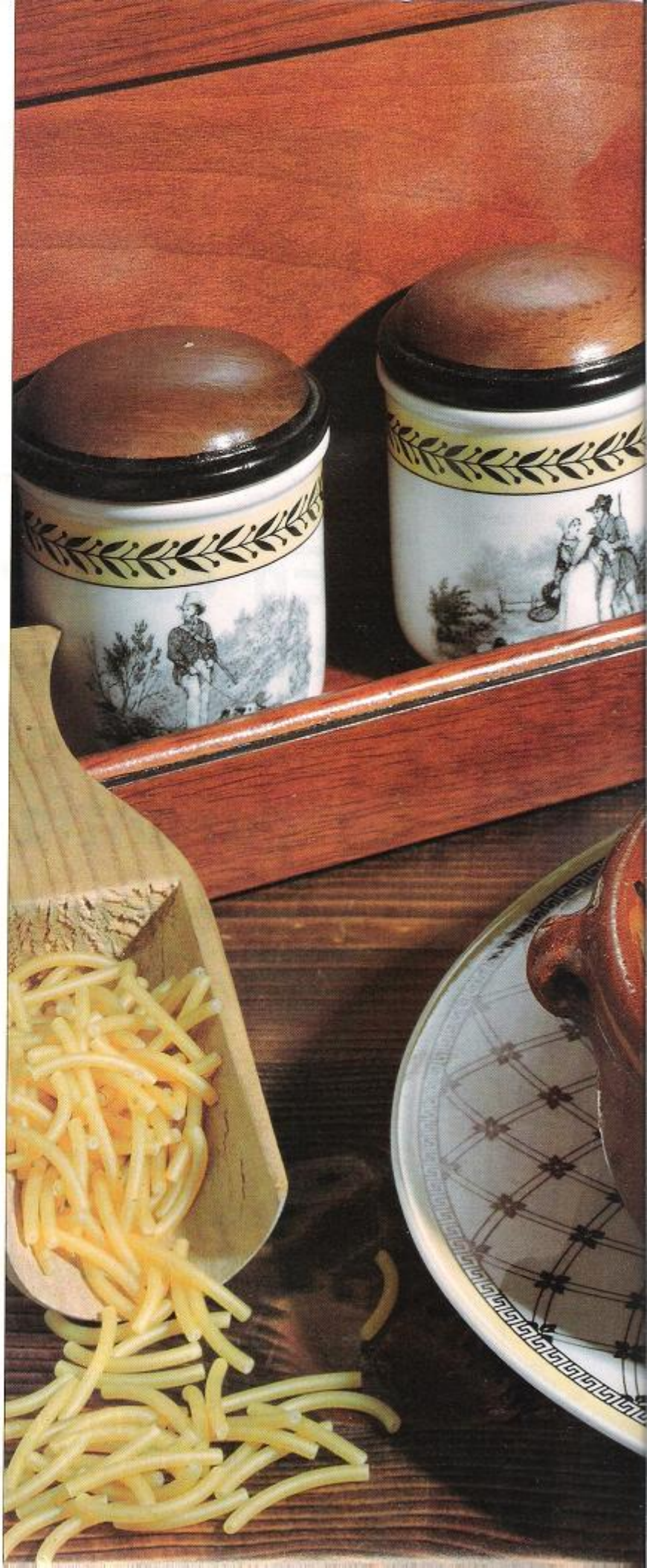
1 En una cazuela con aceite, rehogar las zanahorias troceadas y reservarlas. Rehogar también el pimiento y reservar.

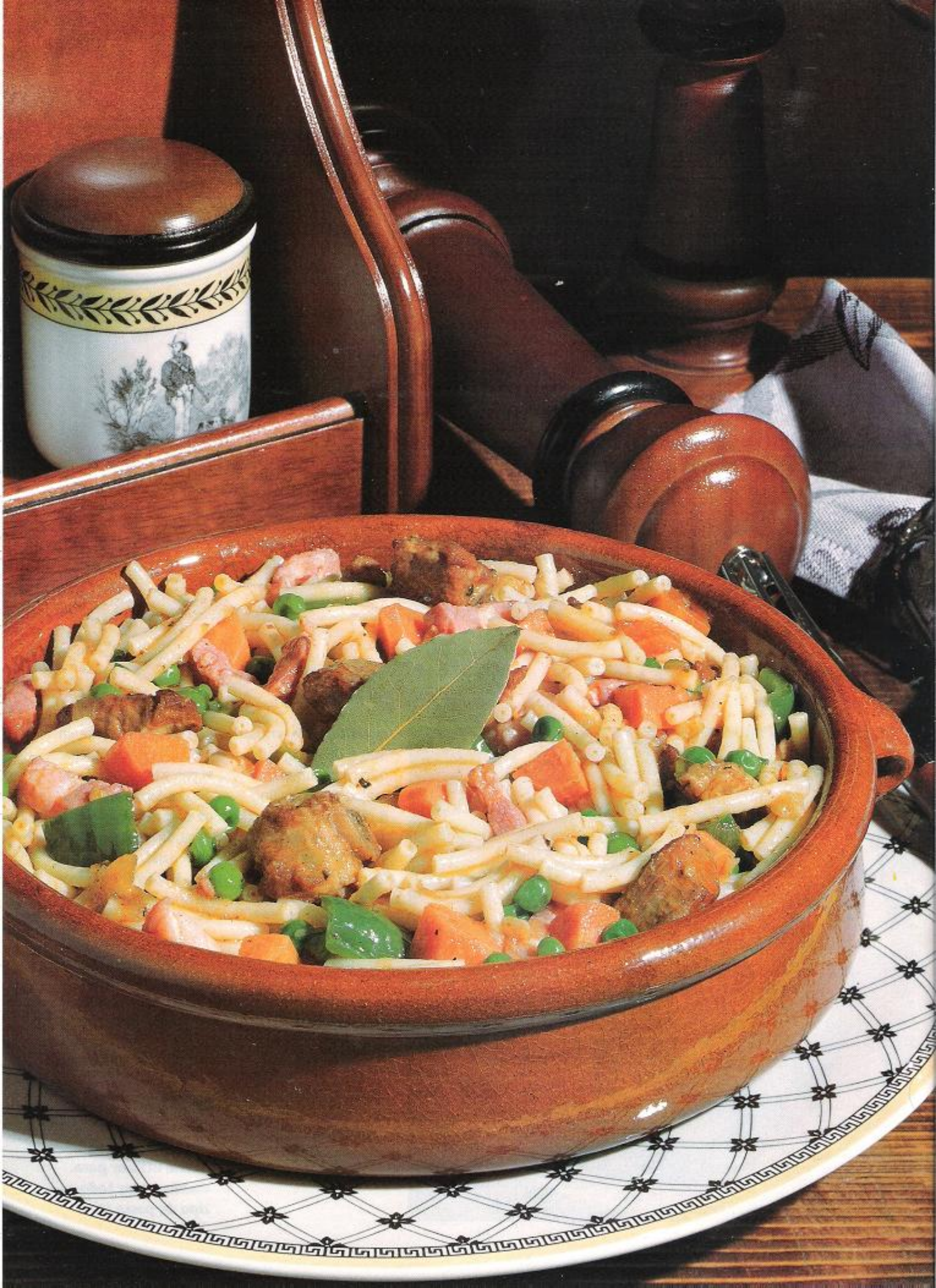
2 En el mismo aceite dorar la costilla de cerdo troceada, añadir la panceta, cortada a tiritas, la cebolla y los ajos picados, dejando que tomen color. Echar una cucharadita de pimentón, 4 cucharadas de salsa de tomate y seguir cociendo unos minutos más.

3 Añadir 1 litro y 1/2 de agua, la hoja de laurel, sal y pimienta y dejar hervir durante 20 minutos.

4 Agregar a la cazuela las zanahorias y los guisantes y seguir cociendo, a fuego suave, hasta que todo esté tierno. Verter entonces los fideos junto con los trozos de pimiento y, poco a poco, el caldo caliente que se necesite. Sacar del fuego cuando los fideos estén al dente. Antes de servir, dejar reposar durante 5 minutos.

Foto: Guillermo Lladó
Realización:
Mª Angeles Vallecillo
Atrezzo: Villeroy & Boch





ESPAGUETIS AL PERFUME DE MAR

Ingredientes: *(4 personas)*
300 g de espaguetis
150 g de champiñones, cortados en láminas
150 g de langostinos pelados y hervidos
1 lata de atún en aceite
1 diente de ajo picado
1 cucharada de perejil picado
2 tomates cortados a rodajas
1/2 vaso de vino blanco
4 cucharadas de aceite
sal y pimienta

1 Calentar el aceite en una sartén, añadir el ajo y dorarlo, después agregar los champiñones y los langostinos.

2 Regar con el vino blanco, dejar evaporar y añadir las rodajas de tomate, el atún, sal y pimienta. Espolvorear con el perejil picado.

3 Hervir los espaguetis en abundante agua salada, escurrirlos y condimentarlos con la salsa preparada.

ESPAGUETIS CON ACEITUNAS

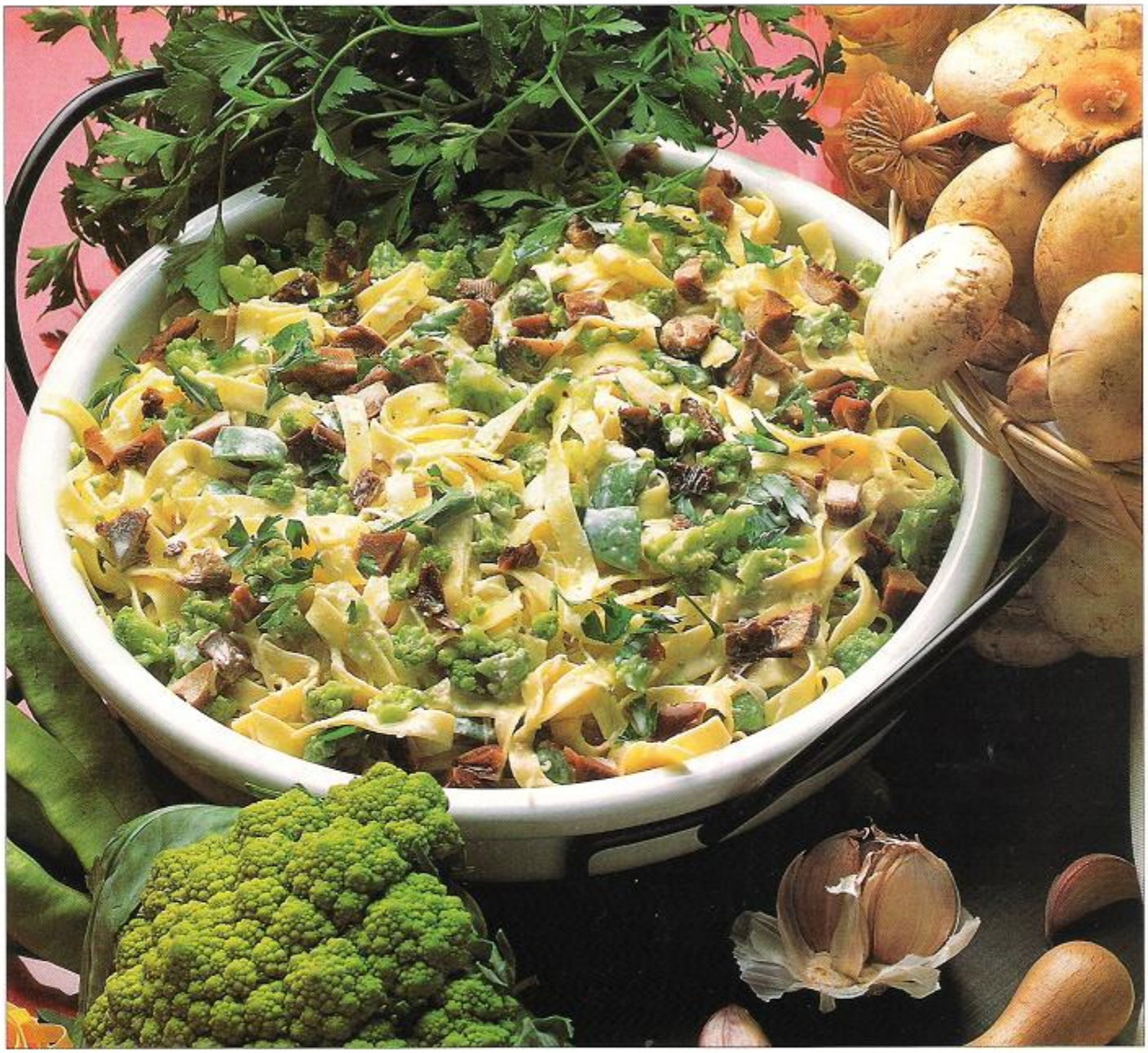
Ingredientes: *(6 personas)*
500 g de espaguetis
120 g de pan seco majado no muy fino
8 cucharadas de aceite
1 diente de ajo picado
10 aceitunas negras
2 cucharadas de alcaparras
perejil picado
sal y pimienta

1 Calentar el aceite en una cazuela. Agregar el pan y tostarlo unos segundos. Salpimentar y añadir el ajo, el perejil, las aceitunas, sin hueso y cortadas en rodajas, y las alcaparras. Mantener en el fuego unos instantes.

2 Hervir la pasta en abundante agua salada, escurrir cuando esté al dente y condimentar con la salsa preparada.

Esta salsa, típicamente mediterránea, se puede utilizar para condimentar todo tipo de pasta fría.

ESPAGUETIS CON SETAS Y VERDURAS



Ingredientes: *(4 personas)*

200 g de espaguetis Buitoni
300 g de setas variadas
200 g de judías verdes
1/2 bróquil
1/2 coliflor pequeña
200 ml de nata líquida
100 g de queso parmesano rallado
75 g de mantequilla
albahaca
perejil
nuez moscada
sal y pimienta

1 Limpiar las verduras, cortar las judías verdes en bastoncitos y las setas a trocitos. Separar el bróquil y la coliflor en ramitos muy pequeños.

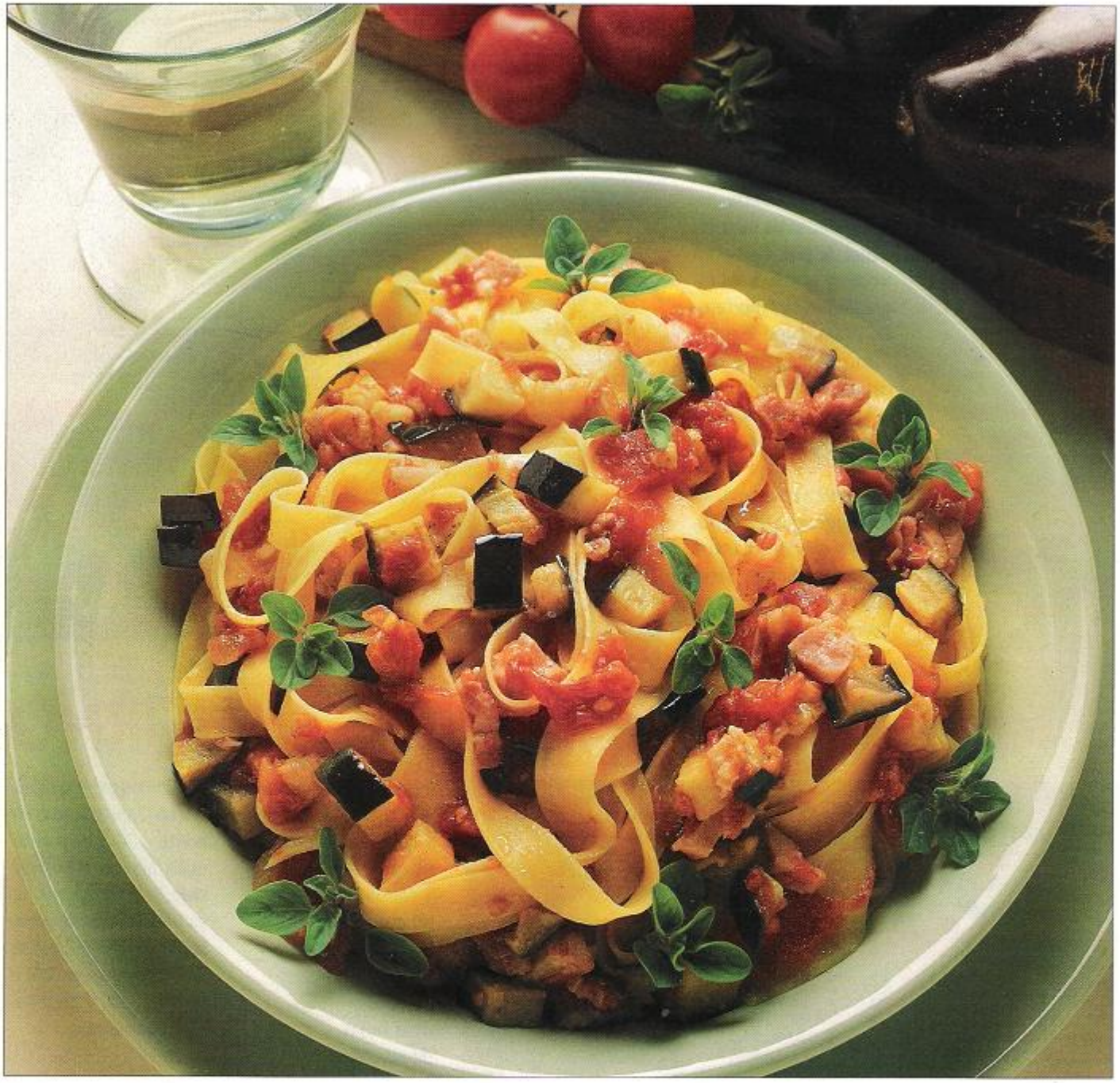
2 Cocer las judías verdes, el bróquil y la coliflor en agua hirviendo con sal, durante 5-6 minutos. Escurrir y aclarar bajo el grifo del agua fría.

3 Freír las setas en la mitad de la mantequilla con abundante albahaca y perejil picados. Cuando se haya absorbido el agua que desprenden, añadir las verduras y freírlas durante 5 minutos.

4 Mezclar la nata con el queso rallado y sazonar con sal, pimienta y nuez moscada.

5 Hervir la pasta en abundante agua con sal hasta que esté en su punto. Escurrir ligeramente, poner en un bol y agregar el resto de la mantequilla. Añadir las verduras y la nata. Mezclar bien y servir recién hecho.

CINTAS CON BERENJENA



Ingredientes: *(6 personas)*

- 500 g de tallarines
- 250 g de salchichas
- 2 berenjenas
- 120 g de panceta
- 300 g de pulpa de tomate
- 100 g de queso parmesano
- aceite
- sal

1 Quitar las puntas de las berenjenas, pelar y cortar a cubitos. Dejarlas en sal un par de horas en un escurridor para que pierdan el sabor amargo. Freír en aceite, primero a fuego medio y más fuerte cuando empiecen a dorarse. Reservar.

2 Picar fina la panceta y rehogar un poco en la sartén en la que se ha frito la berenjena; agregar 2 ó 3 cucharadas de agua caliente. Añadir las salchichas sin piel y cortadas muy pequeñas, mezclar y dorar un poco.

3 Agregar la pulpa de tomate y terminar la cocción a fuego lento. Mezclar la berenjena con la salsa y calentar un instante.

4 Hervir la pasta al dente, escurrir y condimentar con la salsa y el queso rallado.

El parmesano es un excelente queso italiano que acompaña muy bien a todos los platos de pasta. Si no gusta su sabor, un poco fuerte, puede sustituirse por otro queso más suave.

PASTA AL PESTO

Ingredientes: *(4 personas)*
400 g de pasta
3 dientes de ajo
1 rama de albahaca
10 almendras
aceite de oliva
4 tomates maduros
100 g de queso sabroso rallado
sal y pimienta

1 Majar en el mortero el ajo y la albahaca, agregar los tomates sin semillas y escurridos. Verter el aceite, muy poco a poco.

2 Freír las almendras en aceite hirviendo, escurrir y frotarlas para eliminar la piel. Cortar en trozos y añadir a los ingredientes del mortero. Continuar majando con la mano de mortero y añadir más aceite hasta obtener una salsa fluida; salpimentar ligeramente.

3 Hervir la pasta en abundante agua salada, escurrir y condimentar con la salsa preparada. Servir acompañada del queso rallado.

MACARRONES AL HORNO

Ingredientes: *(4 personas)*
400 g de macarrones
5 cogollos de coliflor blanca
1 cebolla
80 g de queso emmental rallado
300 g de tomates pelados
unas hojas de albahaca
1 diente de ajo
1 brik de nata líquida
aceite
mantequilla
sal y pimienta

1 Hervir la coliflor en agua salada, escurrir y cortar en trozos.

2 En una cazuela calentar 2 cucharadas de aceite y 20 g de mantequilla, agregar el ajo y dorarlo. Retirarlo apenas haya tomado color y poner la cebolla picada. Después de 5 minutos, agregar el tomate, salar y dejar cocer 10 minutos.

3 Hervir la pasta, escurrir y añadir a la sartén con la coliflor. Añadir la nata y la albahaca picada. Verter en una fuente para horno, agregar el queso rallado y unos trocitos de mantequilla. Poner en el horno, a 200°C, durante 15 minutos.

MACARRONES AL QUESO DE CABRA

Ingredientes: *(4 personas)*

350 g de macarrones
1 cebolla
100 g de carne de salchicha
100 g de queso de cabra tierno
50 g de aceitunas verdes deshuesadas
aceite de oliva
sal y pimienta

1 En una cazuela de fondo grueso con un poco de aceite, freír la cebolla, finamente picada, a fuego suave, hasta que empiece a tomar color. Agregar la carne de salchicha desmenuzada y rehogaro todo junto durante 3 minutos.

2 Cocer la pasta en abundante agua salada hasta que esté tierna pero entera. Escurrir y reservar medio vaso del agua de cocción.

3 Poner el queso de cabra en un cuenco, el vaso del agua de cocción de la pasta y, con un tenedor, batirlo enérgicamente. Verter esta preparación sobre la carne de salchicha y añadir las aceitunas cortadas en aros finos. Mezclar todo bien. Rectificar el sazonado y cocerlo a fuego suave durante unos minutos.

4 Incorporar la pasta reservada y removiendo delicadamente, calentarlo todo junto durante un minuto más. Servir inmediatamente, espolvoreado con pimienta recién molida.

RAVIOLIS NAPOLITANA CON JAMÓN

Ingredientes: *(4 personas)*
250 g de ravioli al brasato Buitoni fresco
1 tarrina de salsa napolitana
100 g de jamón curado
1 ramito de albahaca
sal

1 Cocer la pasta en abundante agua hirviendo con sal, hasta que esté al dente, es decir, cocida,pero firme (de 6 a 8 minutos). Escurrir ligeramente.

2 Añadir a la salsa napolitana el jamón cortado en tiras finas y la albahaca picada y calentarla a fuego suave.

3 Verter la salsa sobre los raviolis y servir inmediatamente.

RAVIOLIS 4 QUESOS A LA BOLOÑESA

Ingredientes: *(4 personas)*
250 g de raviolis fresco de 4 quesos
400 ml de tomate tamizado Solís
500 g de carne picada (buey o cerdo)
50 g de bacon
1 cebolla
1 zanahoria
1 ramita de apio
100 ml (1/2 vaso) de vino blanco seco
1 cucharada de perejil
mejorana
ralladura de nuez moscada
aceite
sal y pimienta

1 Rehogar el bacon cortado en un poco de aceite; añadir la cebolla, la zanahoria y el apio, todo picado fino, y cocerlo durante 10 minutos, a fuego suave.

2 Agregar la carne picada y dorarla ligeramente. Verter el vino, sazonarlo con sal y pimienta, añadir el perejil, mejorana y ralladura de nuez moscada y cocerlo hasta que el vino se evapore. Finalmente, agregar el tomate y dejar que siga cociendo, destapado, durante 45 minutos, aproximadamente.

3 Hervir la pasta a fuego suave, en abundante agua con sal, hasta que esté cocida pero al dente (6-8 minutos) y mezclarla con la salsa muy caliente.

Huevos

Mucho más económicos que la carne o el pescado, los huevos, tienen grandes cualidades nutritivas y gastronómicas.

HUEVOS EN NIDOS

Ingredientes: *(4 personas)*

6 huevos mollets
6 rebanadas de pan de molde
2 bandejas de endibias
6 escalonias
2 dientes de ajo
1 vaso grande de caldo de pollo
200 g de mantequilla
aceite
1 cucharada sopera de harina
150 ml de nata líquida
unas hebras de azafrán
1 cucharadita de azúcar
nuez moscada
perejil picado
sal y pimienta

1 Vaciar las rebanadas de pan con un cuchillo afilado para que queden como unas cazuelitas. Untar con mantequilla fundida, con ayuda de un pincel, e introducir en el horno para que se doren.

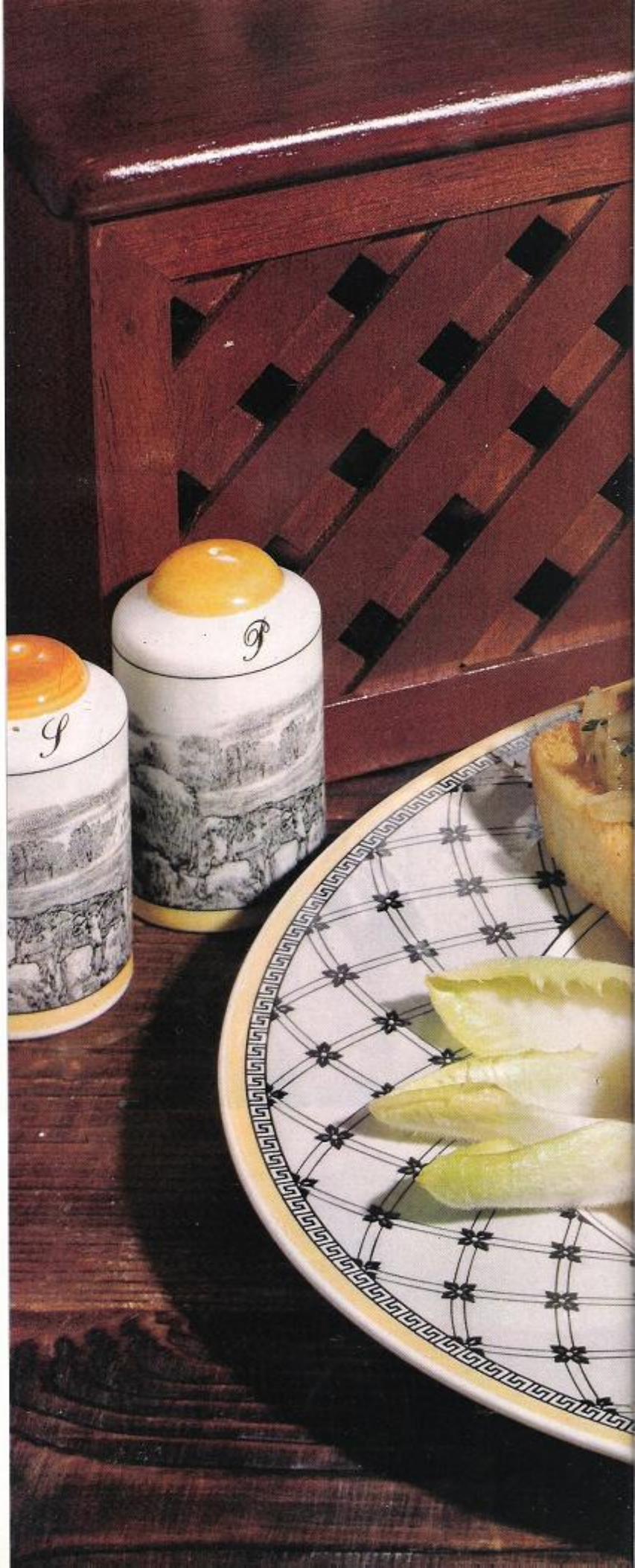
2 Picar 3 escalonias y rehogar en aceite y mantequilla. Añadir las endibias, tapar y dejar cocer de 8 a 10 minutos. Destapar, añadir sal, pimienta y 1 cucharadita de azúcar.

3 Seguir rehogando hasta que las verduras estén tiernas y transparentes. Apartar y mezclar con una cucharada de perejil picado. Reservar al calor.

4 Para preparar la salsa; picar las 3 escalonias restantes con los 2 dientes de ajo. Freír con un poco de mantequilla y, cuando empiecen a dorarse, añadir la harina; rehogar un poco y añadir el caldo caliente, poco a poco y el azafrán.

5 Dejar hervir, a fuego suave, añadiendo más caldo si fuera necesario. Triturar la salsa y volver a poner al fuego junto con la nata, un poco de sal, pimienta y nuez moscada, hasta obtener una crema espesa.

6 Pelar los huevos mollets con cuidado. Sobre las rebanadas de pan, poner un poco de las verduras preparadas y encima disponer los huevos; cubrirlos con un poco de la salsa preparada. Servir acompañados de las endibias.



Le Déjeuner

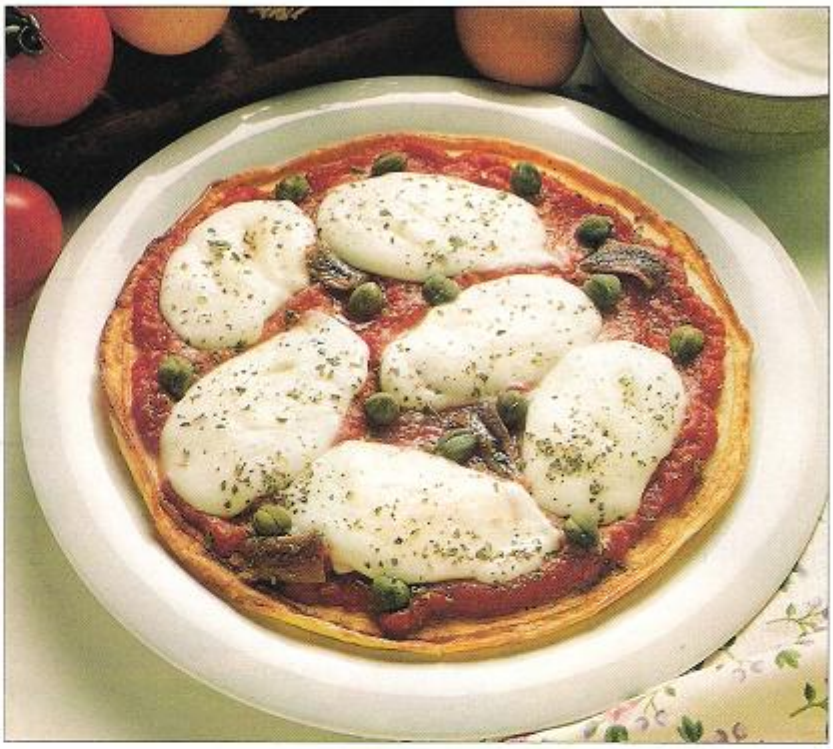
HUEVOS EN PIZZA

Ingredientes: *(4 personas)*
8 huevos
8 cucharadas de harina
8 cucharadas de leche
1 mozzarella
un poco de puré de tomate
orégano
1 cucharada de alcaparras
3 anchoas
sal
1 nuez de mantequilla

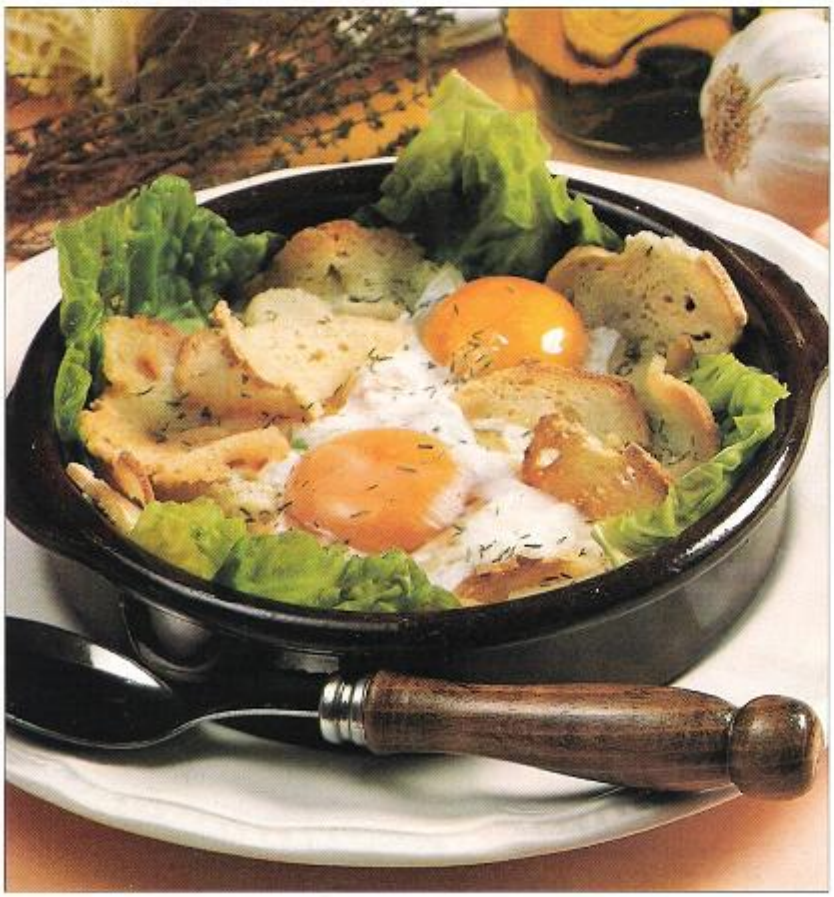
1 Poner en la batidora los huevos, la harina, la leche y la sal y batirlo hasta obtener una masa lisa y homogénea.

2 Derretir la mantequilla en una sartén y cuando esté bien caliente verter 1/4 parte de la masa. Cocer por ambos lados. Repetir la operación hasta obtener las 4 bases.

3 Disponer las bases en una fuente para horno, condimentarlas con el puré de tomate, recubrirlo con rodajas de mozzarella, anchoa, alcaparras y orégano. Introducir en el horno a 180°C durante 5 minutos para que se funda la mozzarella.



HUEVOS ESCALFADOS EN SOPAS DE TOMILLO



Ingredientes: *(4 personas)*
8 huevos
pan cortado en finísimas rebanadas
1/2 col
4 dientes de ajo
4 manojitos de tomillo
aceite de oliva
1 cebolla
1/2 litro de caldo
sal

1 Cortar la cebolla en finos aros y sofreír junto con 3 dientes de ajo, a fuego lento, con aceite hasta que esté totalmente confitada. Hervir las hojas de col en agua y sal dejándolas poco hechas. Escurrir y reservar.

2 Tostar al horno las rebanadas de pan y frotarlas ligeramente con un diente de ajo. Colocar la cebolla en el fondo de cazuelitas individuales, sobreponer las rebanadas de pan, intercalar las hojas de col y un manojito de tomillo.

3 Incorporar 2 huevos en cada cazuela, cuidando de que no se revientes las yemas. Poner el caldo, a fuego vivo y cuando rompa a hervir, escaldar los huevos.

4 Introducir durante 2 minutos en el horno a 190 °C sin dejar que las yemas se endurezcan. Aliñar con un poco de aceite de oliva.

HUEVOS EN CARROZA

Ingredientes: *(6 personas)*

6 huevos
100 g de queso emmental rallado
30 g de mantequilla
2 cucharadas de mostaza
2 cucharadas de cerveza
2 panecillos redondos, cortados por la mitad y tostados
4 cucharadas de mahonesa
3 cucharadas de berros picados
sal y pimienta

1 En una cazuelita poner el queso, la mantequilla, la cerveza, la mostaza, sal y pimienta. Cocer a fuego bajo, sin dejar de remover, hasta que se haya formado una salsa. Retirar del fuego y dejar entibiar.

2 Verter la salsa sobre los panecillos tostados e introducirlos en el grill, previamente calentado, hasta que tomen color y se formen burbujitas en la superficie.

3 Deslizar con cuidado los huevos descascarados en una cazuela con abundante agua salada hirviendo. Retirarlos en seguida con una espumadera y disponerlos en los medios panecillos.

4 Batir la mahonesa con el berro y poner una cucharada sobre cada huevo. Adornar con hojas de berro y servir inmediatamente.

Si se añade un chorrito de vinagre al agua de cocer los huevos, la clara no se dispersará tanto y resultarán más compactos.

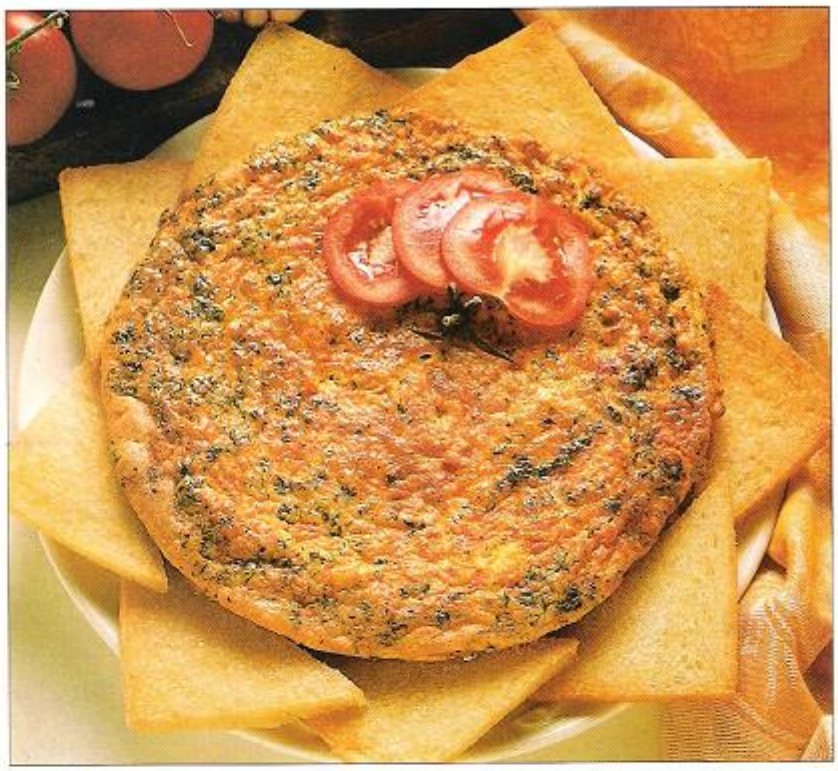
TORTILLA DE TOMATE

Ingredientes: *(4 personas)*
- 5 huevos
- 500 g de tomates
- 2 dientes de ajo
- 50 g de queso rallado
- perejil picado
- orégano
- aceite
- sal

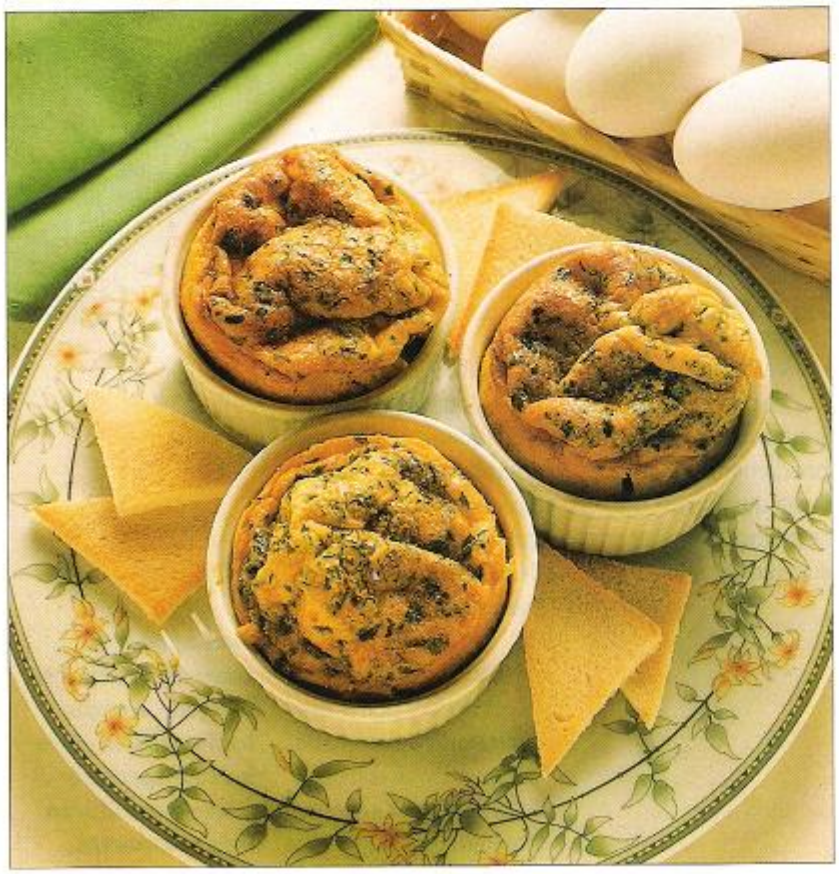
1 Calentar el aceite con los dientes de ajo chafados, añadir los tomates en trozos, salar y dejar cocer, a fuego bajo, durante 20 minutos. Después agregar el perejil y el orégano.

2 Cocer durante dos minutos más y verter los huevos batidos con el queso. Terminar la cocción a fuego vivo hasta que esté hecha la tortilla. Disponer la tortilla en una fuente y servirla con pan frito.

Si además de pelar los tomates, se les sacan las pepitas, la salsa para la tortilla resultará mucho más suave.



TARTALETAS DE HUEVO A LAS HIERBAS



Ingredientes: *(6 personas)*
- 4 huevos
- 6 lonchas de jamón cocido
- 1 cucharada mostaza
- 600 de yogur descremado
- 100 g de queso rallado
- 2 cucharaditas de cebollino picado
- 2 cucharaditas de perejil picado
- pan tostado untado con mantequilla
- sal y pimienta

1 Forrar 6 moldes de tartaleta con las lonchas de jamón. Batir los huevos junto con el yogur y la mostaza. Incorporar 60 g de queso rallado, la mitad de las hierbas aromáticas, sal y pimienta.

2 Amalgamar bien y verter sobre las lonchas de jamón. Por encima repartir el resto del queso rallado y de las hierbas aromáticas. Introducir en el horno, previamente calentado a 180°C, durante 20 minutos. Servir inmediatamente acompañado del pan tostado untado con mantequilla.

TORTILLAS DE VERDURAS

Ingredientes: *(6 personas)*

- 6 huevos
- 2 pimientos rojos
- 1 pimiento verde
- 2 tomates maduros
- 3 calabacines
- 1 cebolla pequeña
- 3 cucharadas de parmesano rallado
- 50 g de bacon ahumado, cortado en daditos
- 1 ramita albahaca
- aceite de oliva
- sal y pimienta

1 Pelar y lavar las verduras, picar los tomates y pimientos y cortar en rodadas los calabacines y la cebolla. En una sartén, sofreír la mitad de la cebolla con una cucharada de aceite. Cuando la cebolla esté dorada, agregar los pimientos y el tomate. Salpimentar y dejar cocer 15 minutos, mezclando de vez en cuando. Retirar del fuego.

2 En otra sartén, con muy poco aceite, sofreír el resto de la cebolla con el bacon. Añadir el calabacín, salar y dejar cocer unos 10 minutos removiendo con cuidado; retirar del fuego.

3 Batir 3 huevos, salpimentar y agregar el pimiento y el tomate. En una sartén antiadherente calentar una cucharada de aceite, verter la mezcla anterior y hacer la tortilla.

4 Batir los otros 3 huevos, agregar el calabacín y el bacon, el queso rallado, un poco de albahaca picada, sal y pimienta. Amalgamar bien. Calentar una cucharada de aceite en la sartén antiadherente y hacer la tortilla.

5 Servir las tortillas, frías o tibias, cortadas en rombos y acompañadas de ensalada verde.

El secreto para conseguir tortillas cocidas pero jugosas, reside en la cocción: ésta ha de ser a fuego muy suave y moviendo la sartén contínuamente.

Pescados y mariscos

Todos los pescados y mariscos, son importantes para conseguir una dieta equilibrada: desde los económicos congelados hasta los que llegan frescos al mercado.

ROLLITOS DE LENGUADO

Ingredientes: *(4 personas)*

- 3 lenguados grandes cortados en filetes
- 20 mejillones
- 150 ml de jerez seco
- 100 ml de vino oloroso
- 1 vaso grande de fumet de pescado
- 150 ml de nata líquida
- 2 escalonias
- 3 pimientos verdes
- 2 cucharadas soperas de perejil picado
- tabasco
- 1 limón
- hierbas secas
- sal y pimienta verde

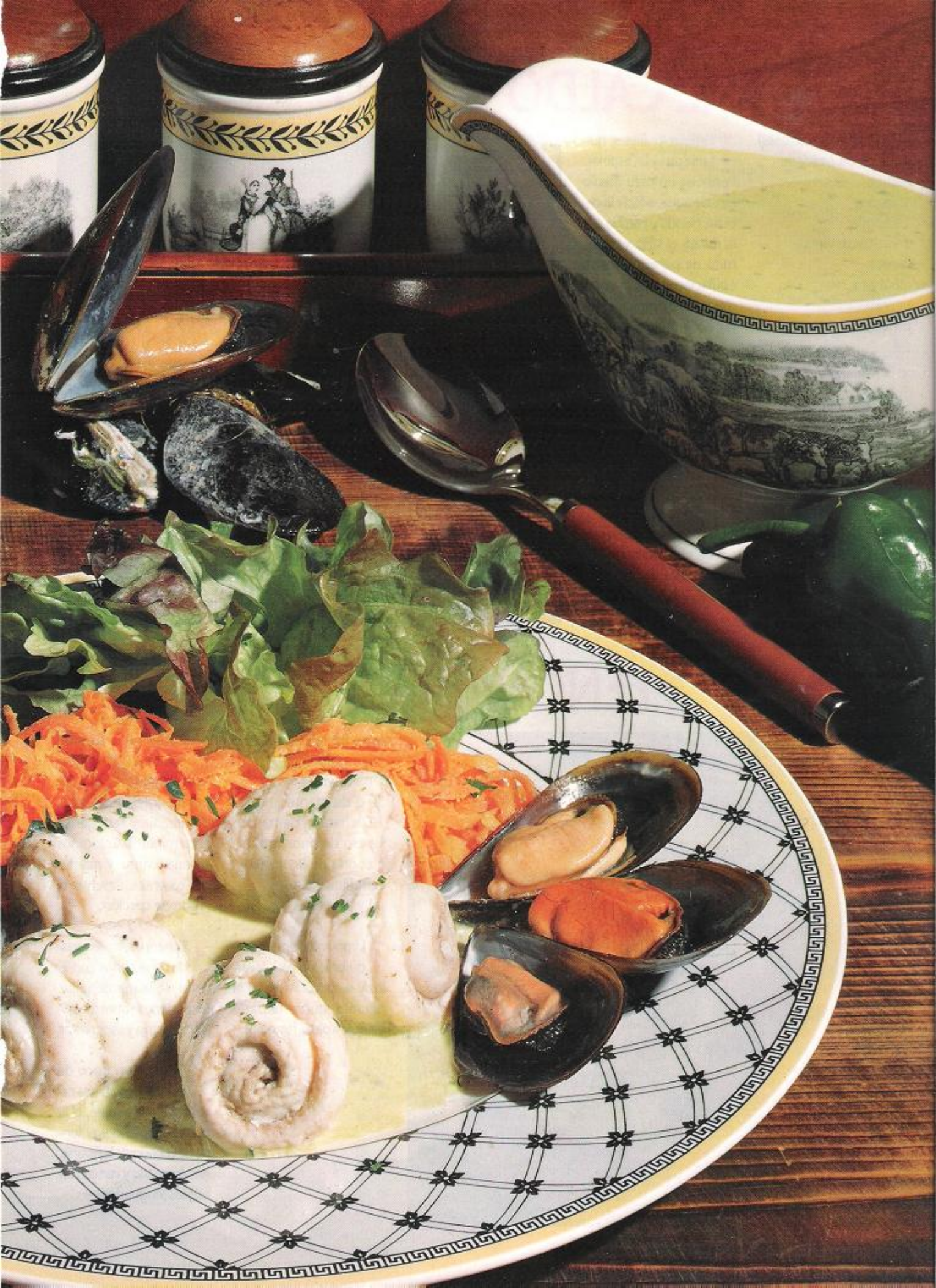
1 Limpiar los mejillones y ponerlos en una cazuela honda junto con el jerez. Tapar y llevar al fuego e ir retirándolos conforme se vayan abriendo. Reservar al calor. Filtrar el caldo obtenido y añadirlo al fumet de pescado.

2 Verter el zumo de limón por encima del pescado, salar y espolvorear con abundante pimienta verde. Enrollar cada filete sobre sí mismo, cuidando que la pimienta quede en el interior. Cerrar los rollitos con un palillo y cocer al vapor, perfumando el agua con las hierbas secas.

3 Rehogar con aceite y mantequilla las escalonias picadas y los pimientos troceados. Añadir el vino oloroso y cocer durante unos minutos. Añadir un poco de fumet y dejar cocer hasta que la verdura esté tierna.

4 Pasar la verdura por la batidora, agregar el perejil y un poco más de fumet. Volver a poner esta mezcla en la cazuela, llevar al fuego y añadir la nata líquida, dejando que espese un poco. Rectificar de sal y echar unas gotas de tabasco o de limón.

5 Cubrir el fondo de un plato con la salsa de pimientos y disponer sobre ella los rollitos de pescado y los mejillones



FILETES AL CALDO CORTO

Ingredientes: *(4 personas)*

- 4 filetes de pescado blanco
- 1 limón
- 1 cebolla
- 1 vasito de vino blanco
- albahaca
- perejil
- pimienta en grano
- sal

1 Limpiar los filetes, quitar la piel y las espinas. Poner en un cazo medio litro de agua, añadir la cebolla, pelada y partida por la mitad, el vino y un ramito de perejil. Llevar a ebullición y dejar cocer durante 10 minutos. Retirar del fuego y dejar enfriar totalmente.

2 Introducir el pescado en el caldo y cocer, a fuego suave, hasta que empiece a hervir. Tapar y dejar reposar durante 20 minutos. Salpimentar.

3 Escurrir, colocar en una bandeja y decorar con rodajas finas de limón y tiritas de albahaca.

LENGUADO A LA NARANJA

Ingredientes: *(4 personas)*

- 4 lenguados
- 1 naranja
- 50 g de mantequilla
- 1 cucharada de harina
- 1 vaso de nata líquida
- 1 copita de licor seco
- cebollino picado
- sal y pimienta

1 Limpiar los lenguados, quitarles la piel, lavarlos y secarlos. Mondar la naranja, quitar la parte blanca y pelar los gajos.

2 Poner una nuez de mantequilla en una cazuela; cuando se haya derretido agregar los gajos de naranja y rehogarlos unos minutos. Colocarlos en una fuente y mantener calientes. Reservar el fondo de cocción.

3 Enharinar los lenguados y dorarlos con el resto de la mantequilla. Disponerlos sobre los gajos de naranja y salpimentar.

4 Derretir un poco de mantequilla en una cazuela, añadir la nata, el licor, el cebollino y el fondo de cocción de la naranja. Amalgamarlo y verterlo sobre los lenguados.

DORADA EN PAPILLOTE CON VERDURAS

Ingredientes: *(4 personas)*
- 1 dorada grande
- o 2 medianas
- 1 puerro
- 1 rama de apio blanco
- 2 zanahorias
- 1/2 vaso de aceite
- perejil
- sal y pimienta blanca

1 Escamar la dorada y limpiar haciendo un pequeño corte en el vientre. Quitar las agallas, lavar y secar.

2 Coger una hoja grande de papel para horno y verter en el centro 4 cucharadas de aceite, colocar el pescado dándole 3 ó 4 vueltas y salpimentarlo. Limpiar, lavar y secar las verduras y cortarlas en tiras; desmenuzar el perejil y ponerlo todo sobre la dorada.

3 Rociar la dorada con un poco de aceite y cerrar bien el papillote. Colocar en una fuente para horno y cocer 45 minutos en el horno a 190°C. Servir colocando el papillote abierto en una fuente.

FILETES DE BACALAO REBOZADOS

Ingredientes: *(4 personas)*
- 4 filetes de bacalao fresco
- 150 ml de vino blanco seco
- 1 limón
- 2 huevos
- pimienta en grano
- pimienta de Cayena
- harina
- pan rallado
- aceite de oliva
- sal

1 Limpiar los filetes de bacalao y quitarles la piel y las espinas. Mezclar el vino con dos cucharadas de zumo de limón, 4 granos de pimienta machacados, un pellizco de sal y otro de Cayena. Mezclar todo muy bien.

2 Colocar el pescado en una bandeja, en una sola capa, regar con la preparación anterior y dejar macerar durante 1 hora aproximadamente.

3 Escurrir los filetes de bacalao y pasarlos, primero por harina, después por huevo batido y luego por pan rallado. Freír en aceite caliente, hasta que estén dorados por ambos lados.

4 Servir inmediatamente decorado con tomatitos mini y gajos de limón.

PESCADO EN PAPILLOTE CON SALSA

Ingredientes: *(6 personas)*
6 dentones
de 400 g cada uno
unas ramitas de hinojo
cebollino
unas ramitas
de perifollo
2 cucharadas de aceite
de oliva
Para la salsa:
200 g de yogur
2 cucharadas de zumo
de limón
3 yemas de huevo
1 cucharada
de mostaza
1 cucharada
de alcaparras
1 cucharadita
de cebollino picado
1 cucharadita
de perejil picado
50 g de pepino
30 g de pimiento
verde
sal y pimienta

1 Limpiar y escamar el pescado. Salpimentar el interior y disponerlo sobre 6 hojas de papel para horno o láminas de aluminio grandes y untarlos con aceite. Esparcir por encima las hierbas aromáticas y el aceite restante. Cerrar los papillotes y cocer en el horno a 220°C durante 25-30 minutos.

2 Para preparar la salsa, batir el yogur con el zumo de limón, las yemas de huevo y la mostaza. Salpimentar, agregar el pepino, el pimiento verde, las alcaparras picadas finas y por último el perejil y el cebollino.

3 Servir el pescado una vez cocido, abriendo los papillotes en la mesa y acompañados con la salsa preparada.

MERLUZA CON SALSA NORMANDA

Ingredientes:

- 2 supremas de merluza congeladas
- 350 ml de caldo de pescado
- 25 g de mantequilla
- 2 huevos
- 1 cucharada de harina
- 150 ml de nata líquida
- 1 limón
- parmesano rallado
- sal y pimienta de Cayena

1 Poner el caldo de pescado en una cazuela y llevarlo a ebullición. Sumergir en él las supremas de merluza descongeladas, y escaldar durante unos 8-10 minutos a fuego suave. Escurrir y poner en una fuente resistente al calor.

2 Separar las yemas de las claras y batir éstas a punto de nieve. Poner las yemas en un cuenco, añadir la nata líquida y mezclarlo todo bien.

3 En un cazo, fundir la mantequilla a fuego suave; añadir la harina, sin dejar de remover y freírla durante unos 3 minutos, hasta que empiece a tomar color. Agregar, poco a poco, 200 ml de caldo de pescado caliente y cocer, removiendo constantemente, a fuego suave, durante 10 minutos.

4 Mezclar un par de cucharadas de la preparación anterior con las yemas y la nata. Reincorporar al cazo; batir todo junto y continuar la cocción hasta que espese.

5 Retirar del calor, agregar un chorrito de zumo de limón y un pellizco de Cayena y rectificar de sal. Mezclar bién e incorporar, con movimientos envolventes, las claras montadas a punto de nieve.

6 Cubrir el pescado con esta preparación, espolvorear con queso rallado y gratinar en el horno hasta que su superficie esté ligeramente dorada. Servir inmediatamente.

ESTOFADO DE PESCADO

Ingredientes:

8 sepias pequeñas
4 rodajas de congrio
4 rodajas de mero
12 colas de gamba
400 g de tomates maduros
1 cebolla
1 pimiento
1 guindilla
2 dientes de ajo
250 ml de sidra
harina
perejil fresco
aceite de oliva
sal y pimienta

1 Pulir las sepias, cortar en trozos y poner en un cazo de fondo grueso con 300 ml de agua. Llevar a ebullición y cocer, a fuego suave, unos 30 minutos, hasta que estén muy tiernas. Colar y reservar el jugo de la cocción.

2 En una sartén grande, calentar 4 cucharadas de aceite; añadir las colas de gamba y rehogar durante unos minutos. Retirar y, en la misma grasa, freír las rodajas de pescado, ligeramente enharinadas, a fuego fuerte, hasta que estén ligeramente doradas. Reservar.

3 En una cazuela de fondo grueso, freír la cebolla y los dientes de ajo, muy picados, en un poco de aceite hasta que empiecen a tomar color. Añadir el pimiento, cortado en trocitos y rehogar unos minutos más. Agregar los tomates, pelados y sin pepitas, cortados en dados, y la guindilla picadita; bañar con el vino y el jugo de la cocción de la sepia y cocer suavemente, sin tapar, unos 15 minutos.

4 Incorporar a la cazuela el pescado frito, las gambas peladas y la sepia reservada, rectificar el sazonado, espolvorear con abundante perejil picado y cocer todo junto, a fuego suave, tapado, durante unos 15 minutos más, hasta que las mollas de pescado se desprendan fácilmente. Servir muy caliente, espolvoreado con perejil.

RODAJAS DE EMPERADOR CON PIMIENTOS A LA ITALIANA

Ingredientes: *(4 personas)*

- 4 rodajas de emperador
- 1 pimiento rojo
- 1 pimiento amarillo
- 1 cebolla
- 1 limón
- 1 ramito de berros
- aceite de oliva
- sal

1 Lavar los pimientos, secarlos bien y untar con aceite de oliva. Poner en una fuente al grill y asarlos durante unos 10 minutos, hasta que la piel forme ampollas y estén tiernos pero firmes.

2 Meter los pimientos asados en un cuenco con agua fría durante un par de minutos, pelar, quitar las semillas y cortarlos en trozos regulares.

3 Pelar la cebolla, cortar en gajos gruesos y escaldar durante unos segundos en agua hirviendo. Escurrir y dejar enfriar.

4 Mezclar los pimientos con la cebolla, regar con un chorrito de aceite y otro de zumo de limón, sazonar con sal y reservar.

5 Pulir el pescado y asar a la parrilla unos 5 minutos por cada lado. Servir espolvoreado con hojitas de berro junto con los pimientos y la cebolla aliñados y gajos de limón.

PEZ ESPADA CON PATATAS AL HORNO

Ingredientes: *(4 personas)*

- 600 g de pez espada
- 700 g de patatas
- 1 cebolla grande
- 1 guindilla
- 1 diente de ajo
- 1 ramito de perejil
- aceite de oliva aromatizado con guindilla
- sal y pimienta

1 Pulir el pescado, cortar en rodajas gruesas y sazonar con sal. Pelar las patatas y cortarlas en discos finos. Cortar la cebolla en gajos, también finos, y picar finamente el diente de ajo, el perejil y la guindilla.

2 Engrasar una fuente resistente al calor con un poco de aceite y cubrir el fondo con la mitad de las patatas y las cebollas. Sazonar ligeramente con un poco de sal y pimienta recién molida y colocar encima las rodajas de pescado. Espolvorear con parte del ajo, la guindilla y el perejil picados y regar con un chorrito de aceite.

3 Cubrir todo con las patatas y las cebollas restantes y repartir por encima el resto del ajo, perejil y guindilla picados.

4 Regar con un chorrito de aceite picante, tapar con papel de aluminio y cocer en el horno, a fuego medio, durante unos 45 minutos. Retirar el papel de aluminio y continuar la cocción, a fuego fuerte, durante 15 minutos más.

TRUCHAS CON TOMATE

Ingredientes: *(4 personas)*
4 truchas
400 g de tomates pelados
1 diente de ajo
harina
aceite
perejil picado
sal

1 Limpiar las truchas, lavarlas, secarlas y pasar por harina. Freírlas en una sartén con aceite muy caliente.

2 Una vez fritas las truchas, agregar los tomates, cortados en trocitos. Espolvorear con el ajo picado y el perejil y sazonar ligeramente con sal.

3 Verter medio vaso de agua y dejar cocer, lentamente, unos 20 minutos, hasta que la salsa se condense. Mezclar con cuidado para no romper las truchas y disponer en una fuente de servicio

SALMÓN EN PAPILOTE

Ingredientes: *(6 personas)*
1 salmón (1 1/2 g aproximadamente)
40 g de mantequilla
1 limón
1 diente de ajo
1 ramita de perejil
2 ramitas de tomillo
sal y pimienta en grano

1 Limpiar el pescado, quitar las vísceras y hacer tres cortes profundos en el lomo. Colocarlo sobre una hoja de papel de aluminio, engrasada con un poco de mantequilla y sazonarlo, por dentro y por fuera con sal y pimienta recién molida.

2 Picar finamente el diente de ajo, el perejil y el tomillo y mezclarlos. Poner la mitad de esta preparación en el interior del salmón y espolvorear el resto por encima. Regar con zumo de limón y repartir por encima la mantequilla en trocitos.

3 Envolver con el papel, doblando bien los bordes para que quede totalmente sellado. Cocer en el horno, precalentado, durante 20 minutos. Servir recién hecho, en el mismo envoltorio.

RODAJAS DE SALMÓN AROMATIZADAS

Ingredientes: *(6 personas)*
6 rodajas de salmón de unos 150 g cada una
2 hinojos
12 copetes de hojas de hinojo

Para el fondo de cocción:
50 ml de vinagre de vino blanco
12 granos de pimienta
1 zanahoria pequeña
1 cebolla pequeña
1 hoja de laurel
apio
1/2 limón
sal
6 ramitas de perejil

Para la salsa:
2 cucharadas de vino blanco dulce
100 g de mantequilla
3 cucharadas de nata
sal y pimienta

1 Limpiar el hinojo cortando las hojas exteriores y partirlo en rodajas finas; conservar también las hojas desechadas.

2 Para preparar el fondo de cocción: hervir las ramas de apio ligeramente aplastadas en un litro de agua, agregar el vinagre, la pimienta, la zanahoria y la cebolla a rodajas, el laurel, el limón y sal. Cocer durante 20 minutos, después filtrar el caldo y verterlo en una cazuela para asados. Incorporar las rodajas de hinojo y cocer hasta que estén bien cocidas y tiernas. Retirarlas y dejarlas escurrir sobre papel de cocina. Mantener calientes. Reservar también el líquido de cocción.

3 Para preparar la salsa: Hervir el vino dulce y 1 cucharada de fondo de cocción hasta que haya reducido a la cantidad de 2 cucharadas. Hacer un puré con las rodajas de hinojo, reservado las 6 más bonitas. Verter el puré en el líquido preparado.

4 Incorporar la mantequilla y la nata y cocer, a fuego lento, removiéndolo con un batidor manual. Salpimentar.

5 Cocer el salmón en el fondo de cocción durante 5 minutos, a fuego bajo, escurrirlo y retirar la piel. Poner una rodaja de hinojo sobre cada rodaja de pescado, añadir la salsa y decorarlo con las hojas de hinojo.

TIMBAL DE LANGOSTINOS Y PUERRO

Ingredientes: *(6 personas)*
2 puerros hervidos y cortados en tiras
300 g de langostinos pelados
un poco de eneldo picado
una pizca de nuez moscada rallada
3 claras de huevo
3 cucharadas de nata montada
sal y pimienta

1 Forrar la base y los lados de 6 moldes pequeños con las tiras de puerro, como los rayos de una rueda, dejando sobresalir los bordes.

2 Con la batidora eléctrica batir el eneldo, la nuez moscada, las claras de huevo, la nata, sal y pimienta hasta obtener una pasta homogénea. Rellenar los moldes con la mezcla obtenida y replegar por encima las tiras de puerro.

3 Cocer en el horno a 190°C, al baño maría durante 20 minutos. Disponer los timbales en una fuente, decorarlos con unos langostinos y servir.

VIEIRAS AL AZAFRÁN

Ingredientes: *(4 personas)*
12 vieiras
1 cebolleta
1 vaso de vino blanco seco
12 tomates, pelados y cortados a trozos
300 de puntas de espárragos
3 cucharadas de nata líquida
1 sobre de azafrán
50 g de mantequilla
sal y pimienta

1 Abrir las vieiras y quitar los moluscos. Enjuagarlos eliminando las fibras y secarlas con un papel absorbente.

2 En una sartén, derretir la mitad de la mantequilla y freír en ella las vieiras durante 3 minutos. Retirarlas de la sartén junto con el fondo de cocción y reservar.

3 Derretir el resto de la mantequilla en la misma sartén y freír la cebolleta, picada fina. Regar con el vino, añadir los tomates y llevar a ebullición. Reducir el líquido a la mitad.

4 Añadir a la sartén las puntas de espárragos, las vieiras, la nata y el azafrán. Salpimentar y dejar que todo tome sabor unos instantes. Diponer en una fuente o platos individuales y servir recién hecho.

QUICHE DE GAMBAS

Ingredintes: *(6 personas)*
masa de hojaldre congelada
1/4 litro de leche
200 g de nata líquida
300 g de gambas pequeñas hervidas y peladas
100 g de queso emmental suizo
2 huevos
3 yemas de huevo
un poco de brandy
20 g de mantequilla
sal

1 Dejar descongelar la masa de hojaldre a temperatura ambiente. Extenderla sobre una superficie enharinada, recortar un disco y forrar con él una tartera redonda engrasada.

2 Cubrir con una lámina de aluminio y una capa de judías secas. Cocer en el horno durante 20 minutos a 185 °C. Retirar la lámina de aluminio y las judías; reservar.

3 Rehogar las gambas en una sartén con la mantequilla, bañarlas con el brandy y salarlas ligeramente. Retirar del fuego y verterlas sobre el fondo de hojaldre. Recubrir con lonchas de queso.

4 Batir los huevos y las yemas, agregar la leche y la nata, salar y verter sobre las gambas. Introducir de nuevo en el horno durante 25 minutos. Servir la quiche caliente o tibia.

GAMBAS PICANTES CON FRITOS DE ARROZ

Ingredientes:

- 500 g de colas de gamba
- 200 g de arroz
- 200 g de puré de tomate
- 1 lata de guisantes (50 g)
- 1 cebolla
- 2 cebollitas tiernas
- 1 guindilla
- 1 huevo
- 2 cucharadas de harina
- jengibre fresco
- cúrcuma en polvo
- aceite de oliva
- sal

1 Cocer el arroz en abundante agua salada, aromatizada con un pellizco de cúrcuma, hasta que esté tierno pero entero. Escurrir, poner en un cuenco y mezclar con los guisantes y las cebollitas tiernas, muy picadas.

2 Mezclar el huevo con la harina y un chorrito de agua y batir todo junto hasta obtener una mezcla fluida y homogénea. Verter esta preparación sobre el arroz, mezclarlo todo bien y dejar reposar.

3 Lavar las colas de gamba y quitarles el filamento negro del dorso; secar bien y saltear en un poco de aceite caliente hasta que estén doraditas. Retirar y, en la misma grasa, freír la cebolla finamente picada hasta que empiece a tomar color (añadir un poco más de aceite si fuera necesario).

4 Agregar la guindilla, también picada y un poco de jengibre rallado. Rehogar todo junto unos minutos. Añadir el puré de tomate, sazonar con sal y cocer a fuego suave tapado, durante 10 minutos, removiendo de vez en cuando. Incorporar las gambas, mezclar todo bien y continuar la cocción 5 minutos más. Reservar.

5 En una sartén grande, calentar aceite. Verter en él cucharadas de la mezcla de arroz y dorarla. Escurrir sobre papel absorbente y servir, muy caliente, junto con las gambas picantes.

Carnes y aves

La carne, en todas sus distintas clases, juega siempre un importante papel: tanta categoría puede tener un cálido Estofado de buey como un selecto Magret de pato con uvas.

PALETILLA DE CORDERO ASADA

Ingredientes: *(4 personas)*
1 paletilla de cordero
1 col mediana
2 cebollas grandes
2 dientes de ajo
4 manzanas verdes
2 vasos de caldo
aceite
mantequilla
1 copita de vinagre
sal y pimienta
Para el adobo:
1 vaso de vino tinto
2 dientes de ajo
1/2 vaso de aceite
1 cebolla pequeña
2 escalonias
1 hoja de laurel
tomillo
2 clavos de olor
sal y pimienta negra

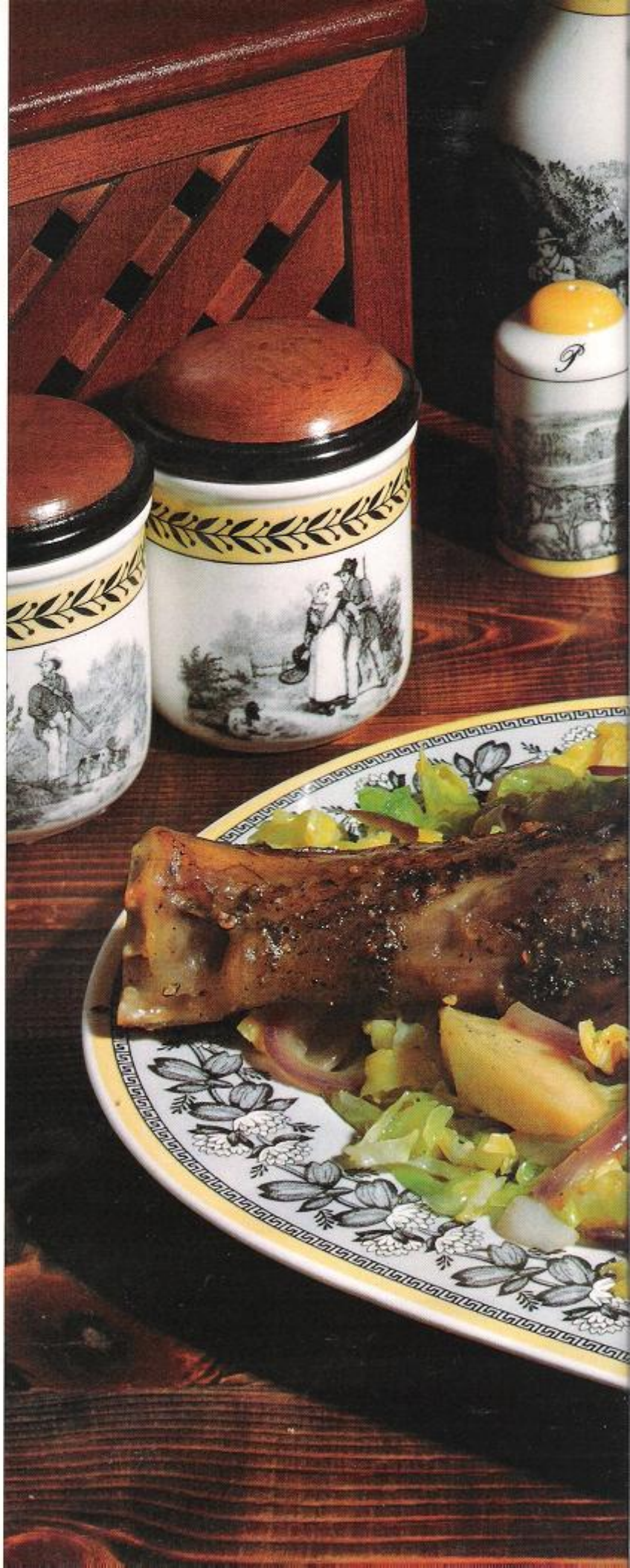
1 Picar el ajo, la cebolla y las escalonias. Machacar las hierbas y las especias con un poco de sal. Ponerlo todo en una cazuela con los demás ingredientes y colocar en ella la carne. Macerar durante 24 horas dando vueltas a la carne de vez en cuando.

2 Escurrir la carne y secarla. Untar con mantequilla y dorar en el horno a temperatura alta. Una vez dorada, verter el vinagre mezclado con un vaso de caldo. Ir humedeciendo la carne hasta que esté en su punto. Cubrir y reservar al calor.

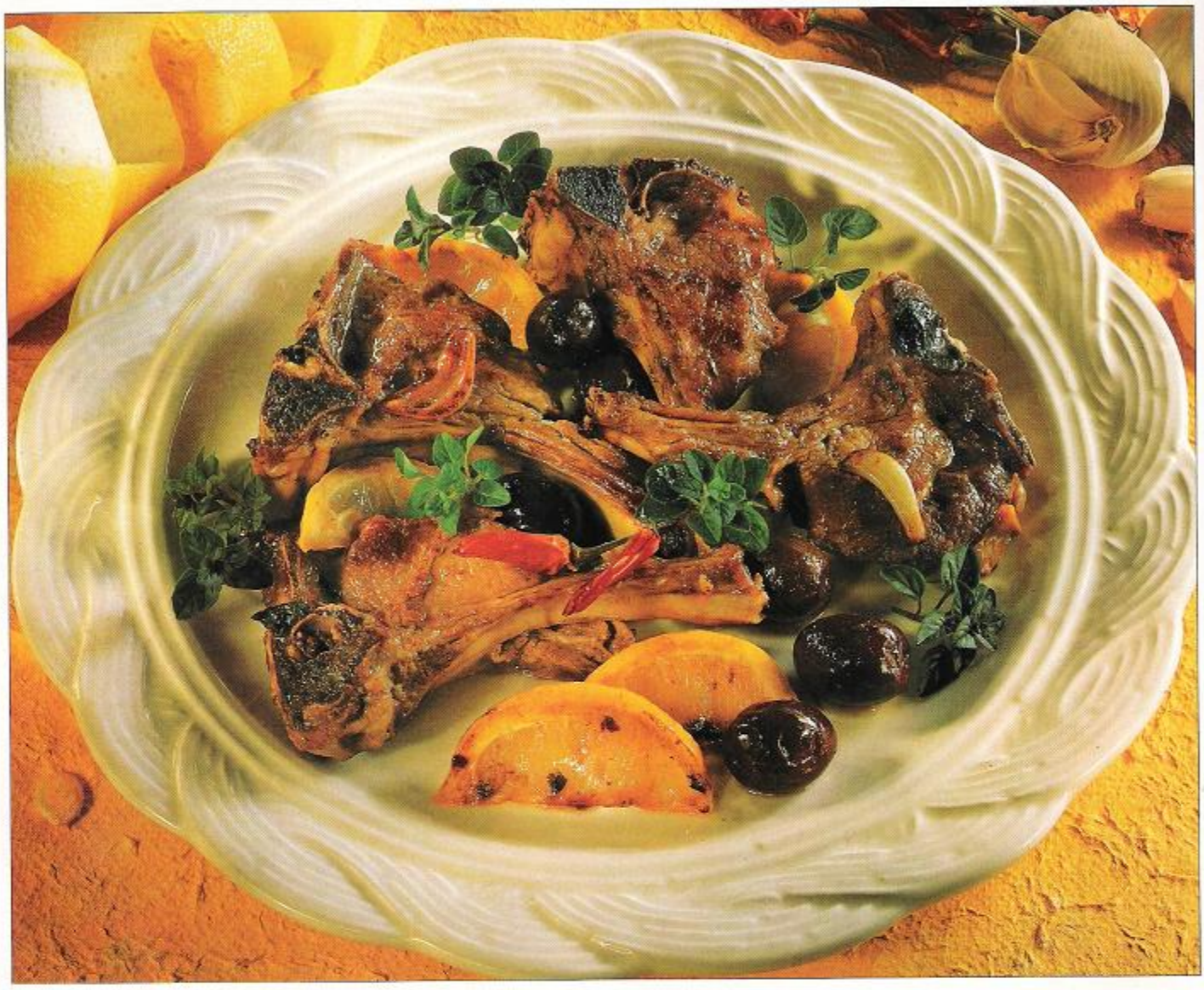
3 En una cazuela con aceite y mantequilla, rehogar las cebollas cortadas en láminas, añadir la parte tierna de la col, cortada en tiritas y el ajo picado. Rehogar hasta que la col esté ablandada.

4 En una fuente para el horno honda, disponer una capa de col y cebolla, encima otra capa de manzanas, peladas y cortadas en láminas. Volver a poner otra de col y otra de manzanas. Rociar con un vaso de caldo.

5 Llevar al fuego y esperar que el líquido hierva. Cerrar la fuente con papel de aluminio e introducir en el horno durante 45 minutos. Servir sobre el lecho de verduras.



COSTILLAS DE CORDERO CON LIMÓN



Ingredientes: *(4 personas)*

- 600 g de costillas de cordero
- 100 g de aceitunas negras
- 2 cucharadas de harina
- 2 dientes de ajo
- 1 guindilla
- 1 ramito de orégano fresco
- 1 limón
- aceite de oliva
- sal

1 En una sartén, freír los dientes de ajo en un poco de aceite hasta que estén dorados. Retirarlos y, en la misma grasa, freír, a fuego fuerte, las costillas de cordero, sazonadas con sal y ligeramente rebozadas en harina, hasta que estén tostadas por ambos lados. Retirar y reservar al calor.

2 Eliminar parte del aceite de la sartén, agregar las aceitunas, el orégano picado y la mitad del limón cortado en gajos; espolvorear con un pellizco de guindilla picada y freír todo junto, removiendo continuamente, durante unos minutos.

3 Regar con el zumo de medio limón, mezclar bien y rehogar todo junto unos minutos más. Pasar las costillas por esta preparación y servir inmediatamente con unas hojitas de orégano fresco y en un plato caliente.

La carne de cordero, sobre todo, las costillas y piezas menudas, ha de servirse siempre muy caliente y, a poder ser, recién hecha.

CORDERO ENVUELTO EN HOJALDRE

Ingredientes: *(4 personas)*

1 kg de lomo de cordero deshuesado
250 g de setas
3 escalonias
1 col
100 ml de oporto
1/2 litro de leche
2 cucharadas de harina
2 cucharadas de mantequilla
1 lámina de hojaldre
1 huevo
aceite de oliva
cebollino, perejil
sal y pimienta

1 Pulir la carne y atarla con un bramante. Sazonar con sal y pimienta y freír en un poco de aceite, a fuego fuerte, hasta que esté dorada por todos lados. Dejar enfriar y quitar el bramante.

2 Cortar las hojas más oscuras de la col, lavar y cocerlas en agua hirviendo durante unos minutos. Escurrir y reservar. Limpiar las setas y cortar en láminas.

3 Rehogar las escalonias muy picadas, junto con las setas, en un poco de aceite. Agregar abundante perejil y cebollino, muy picaditos. Regar con el oporto y cocer, a fuego suave, hasta que el líquido se haya reducido.

4 Extender la lámina de hojaldre y colocar sobre ella la mitad de las hojas de col. Repartir por encima la mezcla de setas, reservando una tercera parte para la salsa y poner en el centro el lomo de cordero. Envolver con mucho cuidado, humedeciendo los bordes para que quede bien sellado y presionando ligeramente. Pinchar con un tenedor y pintar la superficie con huevo batido. Cocer en el horno 45-60 minutos, tapándolo con papel de aluminio a media cocción.

5 Fundir la mantequilla, añadir la harina y freír durante unos minutos, sin dejar de remover hasta que esté ligeramente dorada. Verter la leche, muy caliente, y cocer unos 20 minutos.

6 Sazonar con sal y pimienta. Agregar las hojas de col y las setas reservadas. Batir todo junto hasta obtener una salsa homogénea. Servir la carne cortada en lonchas con la salsa.

ESTOFADO DE TERNERA

Ingredientes: *(4 personas)*

- 900 g de ternera
- 500 g de tomates maduros
- 2 cebollas tiernas
- 2 zanahorias
- 1 diente de ajo
- 1 pimiento verde
- 1 vaso de vino blanco seco
- unos granos de enebro
- aceite de oliva
- sal y pimienta

1 Pulir la carne, cortarla en trozos regulares y sazonarla con un poco de sal.

2 En una cazuela de fondo grueso, calentar 4 cucharadas de aceite y cuando empiece a humear, agregar la carne. Rehogarla hasta que esté dorada por todos lados. Retirar.

3 En la misma grasa, freír, a fuego suave, la cebolla y el ajo, finamente picados, hasta que empiecen a tomar color. Añadir las zanahorias y el pimiento, cortados a trocitos y rehogarlo, todo junto, unos minutos más.

4 Incorporar a la cazuela los tomates, pelados, sin semillas y cortados en dados, unos cuantos granos de enebro y el vino. Sazonar con sal y pimienta y cocer, todo junto, unos minutos más.

5 Añadir la carne, tapar y continuar la cocción durante unos 30 minutos, aproximadamente, hasta que la carne esté muy tierna. Servir muy caliente.

CARNE ASADA CON SALSA

Ingredientes:
1 y 1/2 kg de lomo de ternera
50 g de mantequilla
2 hojas de laurel
2 ramitas de romero fresco
300 ml caldo de pollo
Para la salsa:
150 ml de vino blanco seco
15 g de mantequilla
1 cucharada de harina
sal y pimienta

1 Pulir la carne, atar con un bramante y espolvorear con laurel y romero desmenuzado y pimienta recién molida. Untar con mantequilla reblandecida y dejar reposar hasta que esté a temperatura ambiente.

2 Poner la carne sobre una rejilla en la fuente de asar y cocer en el horno, a fuego fuerte, durante unos 15-20 minutos, hasta que esté tostada por todos los lados.

3 Bajar un poco la temperatura y continuar la cocción durante 1 hora más, regando con frecuencia con el caldo, hasta que esté asada pero jugosa (si es necesario, añadir un poco de agua a la fuente para que los jugos no se quemen).

4 Quitar el bramante, los trocitos de laurel y de romero y mantener al calor. Desgrasar el jugo de la fuente, añadir el resto del caldo y el vino y llevar a ebullición, raspando el fondo y las paredes de la fuente con una cuchara de madera.

5 Mezclar la harina con la mantequilla y verter, poco a poco, al líquido hasta que espese ligeramente. Sazonar con sal y pimienta y colar.

6 Servir la carne cortada en lonchas finas, regada con la salsa y acompañada con "rositas" de puré de patata.

PULPETÓN A LAS HIERBAS CON TOMATE

Ingredientes: *(4 personas)*
300 g de carne picada de ternera
300 g de carne de salchicha
200 g de panceta en lonchas
50 g de jamón cocido
2 cebollas
4 tomates rojos
2 dientes de ajo
1 ramito de hierbas aromáticas frescas (tomillo, mejorana, perejil...)
2 huevos
aceite de oliva
sal y pimienta

1 Picar finamente las cebollas y el jamón cocido. Poner en un cuenco y agregar los dos tipos de carne, los huevos enteros y abundantes hierbas aromáticas, muy picadas. Sazonar con sal y pimienta y mezclar todo junto.

2 Colocar sobre la superficie de trabajo la mitad de las lonchas de panceta, una al lado de otra y ligeramente solapadas, formando una lámina. Poner sobre ella la carne en forma de "rulo" y repartir por encima unas cuantas ramitas de tomillo y mejorana.

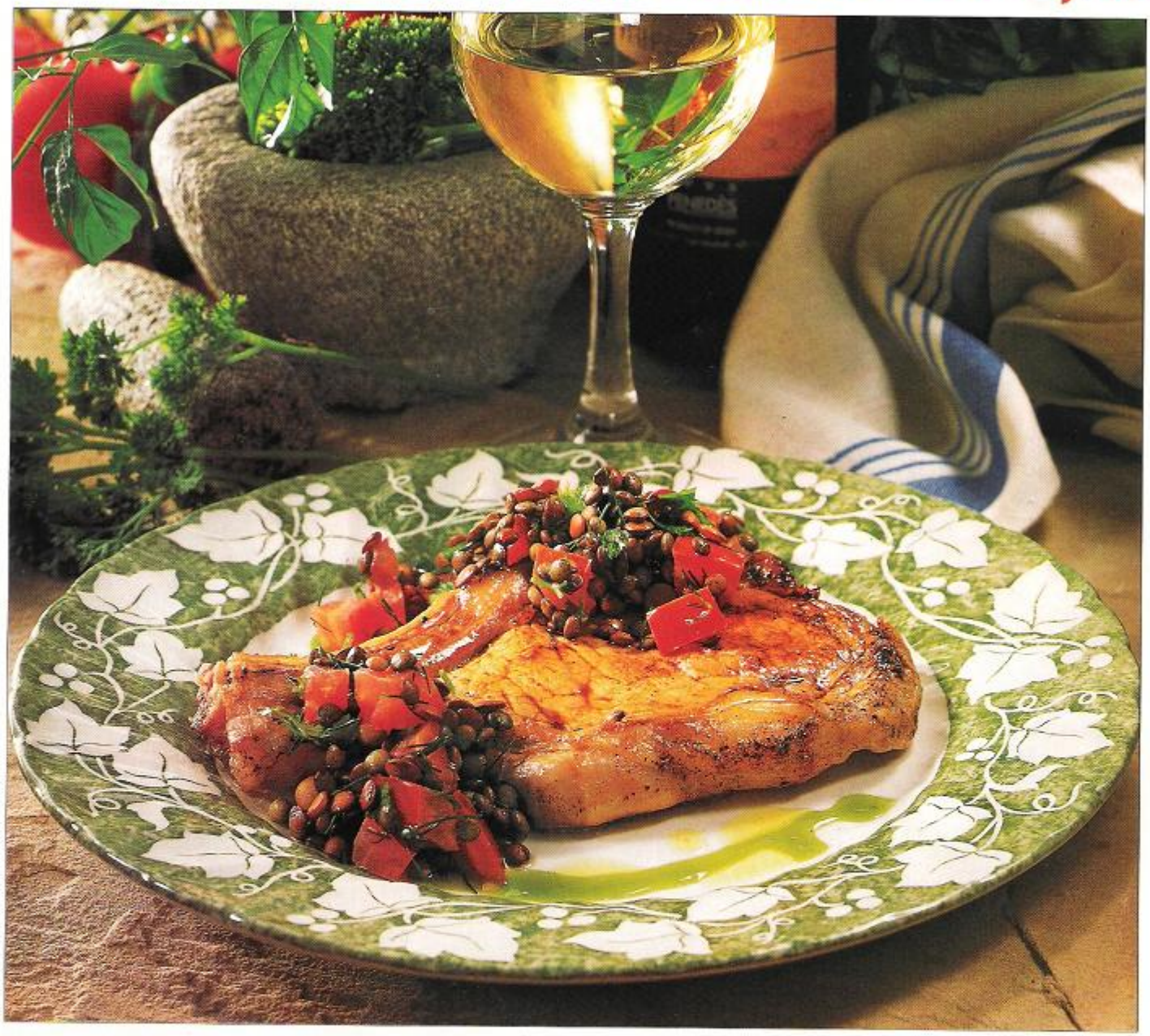
3 Cubrir con el resto de la panceta, de tal forma que la carne quede cubierta y poner, con cuidado, sobre una placa de horno forrada con papel de aluminio. Cocer en el horno, a fuego fuerte, durante unos 50 minutos, hasta que la carne esté cocida y la superficie dorada.

4 Pelar los tomates, quitar las semillas y cortar a daditos. Poner en un colador a escurrir.

5 Poner en una ensaladera y mezclar con los dientes de ajo y un ramito de hierbas aromáticas, muy picados. Regar con un chorrito de aceite de oliva, sazonar con sal y pimienta y mezclar todo bien.

6 Servir la carne, templada, cortada en lonchas gruesas acompañada con el tomate fresco a las hierbas.

ENTRECOT CON ENSALADA DE LENTEJAS



Ingredientes: *(4 personas)*

- 450 g de lentejas
- 4 entrecots de ternera
- 4 tomates rojos
- 1 cebolla grande
- 2 zanahorias
- 1 atadito de hierbas aromáticas secas
- 2 clavos de especie
- 200 ml de aceite
- 50 ml de vinagre
- perejil, coriandro e hinojo frescos
- sal y pimienta

1 Pelar y cortar la cebolla en aros y las zanahorias en tiras, a lo largo. Lavar las lentejas bajo el chorro de agua fría.

2 En una cazuela de fondo grueso, mezclar las lentejas con la cebolla, las zanahorias, los clavos y el atadito de hierbas. Cubrirlo con 3 veces su volumen de agua y llevar a ebullición. Tapar y cocer, a fuego muy suave, durante unos 20-30 minutos, hasta que las lentejas estén tiernas pero no deshechas.

3 Retirar la cebolla, la zanahoria, los clavos y las hierbas, colarlas (si tuvieran demasiado jugo) y ponerlas en un cuenco. Dejarlas enfriar.

4 Lavar y cortar el tomate en daditos pequeños y picar el coriandro y el hinojo. Agregar a las lentejas, junto con el vinagre y la mitad del aceite. Sazonar con sal y pimienta y mezclar todo muy bien.

5 Lavar un ramito de perejil y cocerlo durante 3 minutos en agua hirviendo salada. Escurrir y pasarlo rápidamente por agua fría para que conserve el color. Secarlo bien, mezclar con 50 ml de aceite, un chorrito de agua y una pizca de sal. Batir todo junto hasta obtener una salsa homogénea.

6 Freír los entrecots en un poco de aceite, salar y colocar en platos individuales. Rodear con la ensalada de lentejas, regar con la salsa de perejil y servir inmediatamente.

ESTOFADO DE BUEY A LA IRLANDESA

Ingredientes: *(4 personas)*

800 g de carne magra de buey
100 g de mantequilla
4 cebollas
3 zanahorias
1 litro de cerveza negra
2 cucharadas de mostaza
1 cucharada de bayas de enebro
1 ramito de hierbas aromáticas
2 cucharadas de azucar moreno
2 rebanadas finas de pan de especies
harina
sal y pimienta

1 Pulir y cortar la carne de buey en dados regulares. Sazonar con sal y pimienta y rebozarlos ligeramente en harina. En una cazuela de fondo grueso, fundir la mitad de la mantequilla.

2 Agregar los dados de carne y freírlos a fuego fuerte, hasta que estén dorados por todos los lados. Retirar y, en la misma grasa, freír las cebollas, finamente picadas, durante 5 minutos, sin dejar de remover.

3 Reincorporar la carne a la cazuela, añadir las rebanadas del pan de especies, la mostaza, el enebro y el ramito de hierbas aromáticas. Regarlo todo con la cerveza (añadir un poco de agua, si fuera necesario, ya que el líquido ha de llegar a la altura de los ingredientes). Tapar y cocer en el horno, a fuego fuerte, durante 30 minutos.

4 Pelar las zanahorias y cortarlas en discos. Agregar a la cazuela y continuar la cocción, a fuego medio, durante 1 1/2 horas. Retirar el ramito de hierbas, espolvorear el guiso con el azúcar y continuar la cocción 15 minutos más. Servir inmediatamente.

LOMO DE CERDO CON UVAS

Ingredientes: *(4 personas)*

8 escalopas de lomo de cerdo
2 escalonias
250 g de uvas
100 ml de vino blanco seco
1 ramita de estragón
20 g de mantequilla
4 cucharadas de aceite de oliva
1 cucharada de vinagre de vino
2 cucharaditas de azúcar
sal y pimienta

1 Pelar las escalonias, lavar el estragón y picar todo muy fino. Poner en una fuente honda, añadir 2 cucharadas de aceite y la mitad del vino y mezclar todo bien. Sumergir las escalopas en esta preparación y macerar durante 30 minutos.

2 Calentar el resto del aceite en una sartén grande. Escurrir la carne (reservar la marinada) y freírla, a fuego fuerte, hasta que esté dorada por ambos lados. Retirar, bajar el fuego y agregar el azúcar a la sartén. Verter el vinagre, una cucharada de agua y cocer unos segundos, removiéndolo continuamente.

3 Añadir el resto del vino y continuar la cocción un par de minutos más. Volver a incorporar la carne, regarla con el jugo de la maceración y cocerlo todo junto durante 5 minutos.

4 Fundir la mantequilla en un cacito, agregar los granos de uva pelados y rehogarlos rápidamente a fuego fuerte. Añadir a la sartén, mezclarlos con cuidado con la salsa y servir, inmediatamente, acompañado con arroz blanco.

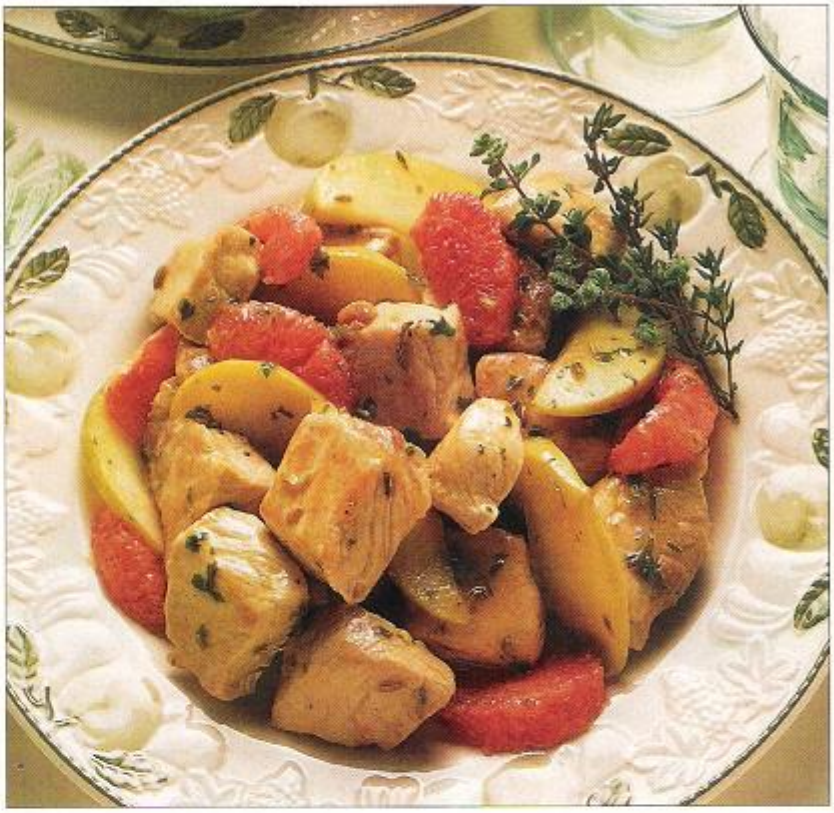
CARNE DE CERDO A LA FRUTA

Ingredientes: *(6 personas)*
800 g de carne de cerdo cortada en dados
1 cebolla cortada
salvia, romero, tomillo y mejorana picados
1 cucharadita de semillas de hinojo
2 dientes de ajo picados
2 manzanas cortadas en gajos
1 pomelo rojo
1 cucharada de miel
1 vaso de vino blanco
2 cucharadas de aceite
sal y pimienta

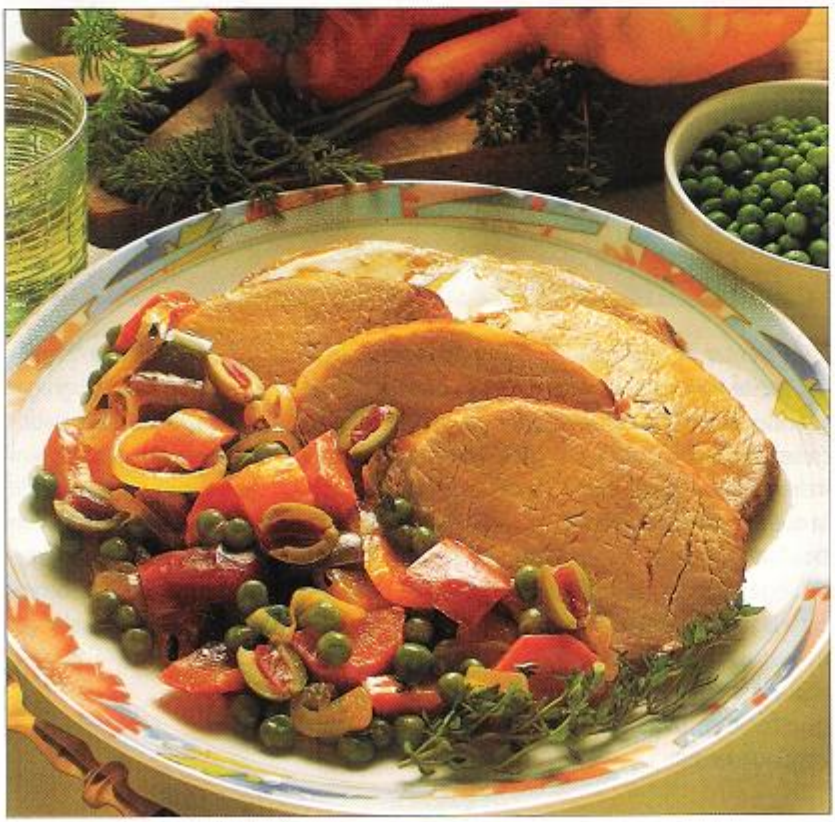
1 Calentar el aceite en una cazuela, agregar la carne y dorarla. Retirar de la cazuela y reservar. Mezclar el vino con la miel hasta que ésta esté disuelta y reservar.

2 En el fondo de cocción poner la cebolla y rehogar unos minutos; añadir la carne, las hierbas aromáticas, las semillas de hinojo, el ajo, la ralladura del pomelo y los gajos pelados al vivo.

3 Añadir los gajos de las manzanas. Rociar con la mezcla de vino y miel. Salpimentar y cocer, con la cazuela tapada, durante 2 horas.



CARNE DE CERDO CON VERDURAS



Ingredientes: *(4 personas)*
800 g de lomo de cerdo
2 pimientos
100 g de aceitunas verdes
200 g de zanahorias tiernas
2 dientes de ajo
1 cucharada de harina
un poco de caldo
1 lata de guisantes
2 cebollas
hojas de laurel
1 rama de tomillo
1/2 vaso de vino blanco seco
aceite
sal y pimienta

1 Calentar un poco de aceite en una cazuela y dorar la carne. Agregar el ajo chafado, las cebollas cortadas, el tomillo y el laurel; salpimentar.

2 Espolvorear con la harina y dorar ligeramente; después, rociar con el vino y añadir los restantes ingredientes. Continuar la cocción durante 1 hora a fuego bajo, agregando si es necesario un poco de caldo.

3 Retirar la carne de la cazuela, cortar y disponer en una fuente, decorándolo con las verduras y las aceitunas.

ASADO DE CERDO EN SALSA PICANTE

Ingredientes: *(6 personas)*
1 kg de lomo de cerdo
1/2 vaso de vino blanco seco
3 cucharadas de aceite
50 g de mantequilla
1 rama de romero
caldo
sal y pimienta
Para la salsa:
el fondo de cocción del asado
1/2 vaso de caldo
2 cebolletas picadas
1 vaso de vino blanco seco
1/2 vaso de vinagre de vino tinto
60 g de mantequilla
30 g de harina
una pizca de pimienta de cayena
2 cucharadas de hierbas aromáticas

1 Calentar el aceite y la mantequilla en una cazuela y dorar la carne. Añadir el romero, sal y pimienta y rociar con el vino blanco. Una vez evaporado, agregar un poco de caldo y cocer 2 y 1/2 horas a fuego bajo. Una vez listo el asado, cortar la carne y poner en una fuente.

2 Para preparar la salsa: poner en una cazuela las cebolletas con el vino y el vinagre, cocer hasta que el líquido haya reducido a la mitad.

3 En otra cazuela derretir la mantequilla, añadir la harina y cocer 10 minutos sin dejar de remover. Agregar el fondo de cocción, el caldo y mezclar hasta obtener una crema.

4 Incorporar las cebolletas y cocer otros 5 minutos. Pasar la salsa por el tamiz, condimentar con abundante pimienta y las hierbas aromáticas. Verter la salsa sobre la carne y servir inmediatamente.

HÍGADO AGRIDULCE

Ingredientes: *(4 personas)*

- 600 g de filetes de hígado
- 100 g de mantequilla
- un poco de harina blanca
- un poco de azúcar
- 50 g de pan rallado
- 1 limón
- 2 huevos
- sal

1 Batir los huevos con una pizca de sal. Enharinar los filetes de hígado, sumergirlos en el huevo y después pasarlos por el pan rallado.

2 Derretir la mantequilla en una sartén y freír el hígado por ambos lados.

3 Disponer en una fuente y rociar con el zumo de limón al que se habrá añadido un poco de azúcar y la piel de limón cortada en tiras finas.

PECHUGAS DE POLLO RELLENAS A LAS HIERBAS

Ingredientes: *(4 personas)*

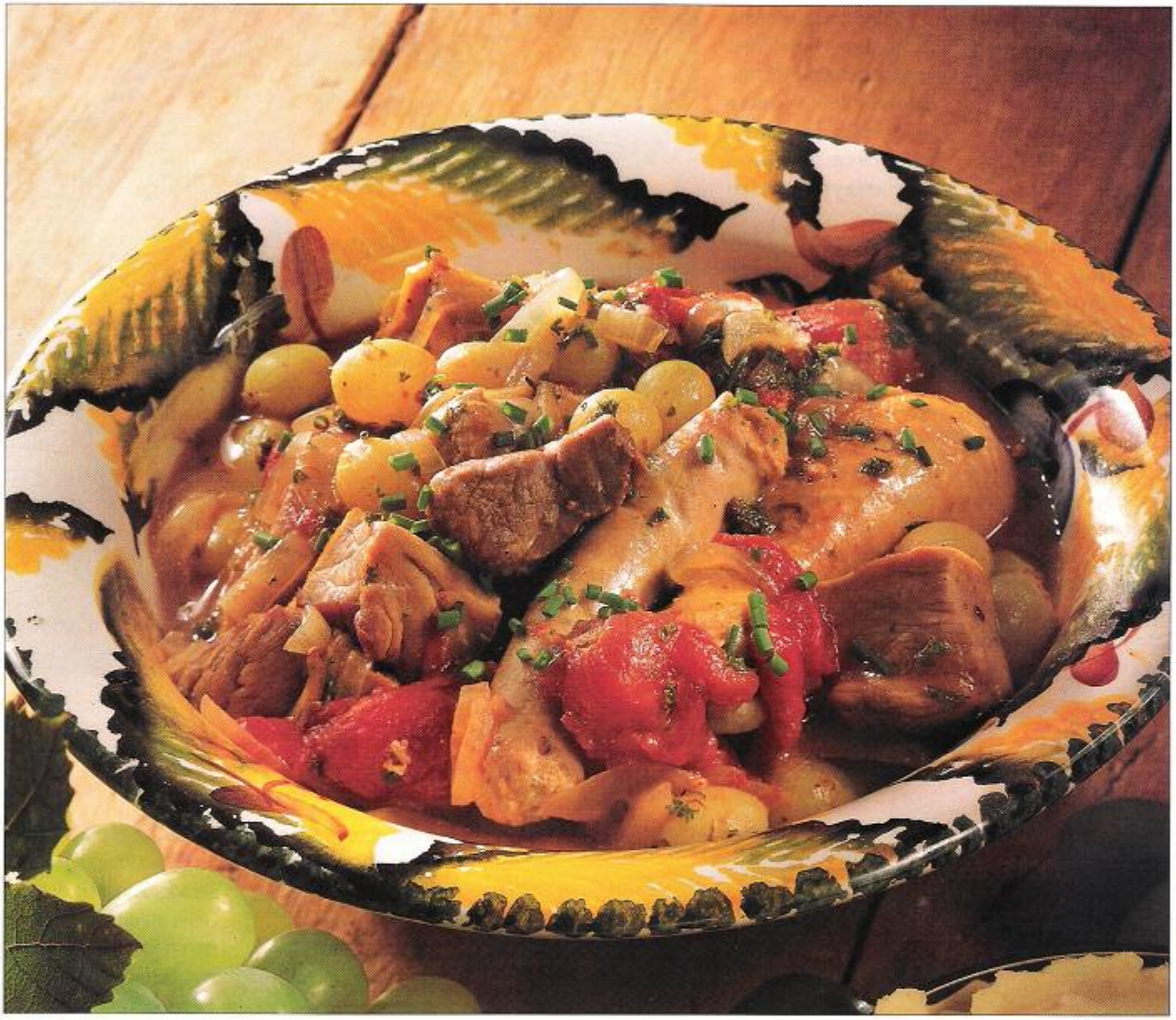
- 2 pechugas grandes de pollo
- 200 g de hierbas hervidas y estrujadas
- 100 g de queso en una sola loncha
- 50 g de jamón cocido cortado en dados
- 50 g de margarina
- harina
- 1/2 vaso de vino blanco dulce

1 Cortar las pechugas de pollo por la mitad; golpear y aplanarlas al máximo. Picar las hierbas, el jamón y el queso y mezclarlo.

2 Rellenar las pechugas con el relleno, doblar y coser los bordes. Pasar por harina y dorar en la margarina. Salar y rociar con el vino. Dejar evaporar y continuar la cocción unos 30 minutos.

3 Disponer las pechugas de pollo en una fuente y rociar con el fondo de cocción. Servir caliente.

RAGOUT DE LA VENDIMIA



Ingredientes: *(4 personas)*

4 salchichas gruesas
4 muslos de pollo
300 g de carne magra de cerdo
200 ml de vino blanco seco
4 cebollas
4 tomates
1 puerro
1 racimo de uvas
1 hoja de laurel
cebollino fresco
aceite de oliva
sal y pimienta

1 Cortar la carne de cerdo en trozos regulares y las salchichas en 4 partes. Sazonar con sal y pimienta. Lavar el puerro y cortar la parte blanca en discos. Pelar y cortar las cebollas en trocitos. Escaldar los tomates en agua hirviendo, quitarles la piel y las semillas y cortar la pulpa en trozos grandes.

2 En una cazuela de fondo grueso, calentar 4 cucharadas de aceite. Agregar los muslos de pollo y freírlos a fuego fuerte hasta que estén dorados por todos los lados. Retirarlos y, en la misma grasa, freír las salchichas y los dados de carne hasta que se desprendan del fondo y estén ligeramente tostados. Retirar y reservar.

3 Añadir a la cazuela el puerro y la cebolla y rehogar unos minutos, a fuego fuerte, hasta que empiece a tomar color. Incorporar la carne, el pollo y las salchichas. Añadir el tomate, la hoja de laurel y media cucharada de cebollino picado. Mojar con el vino y mezclar todo bien.

4 Verter 100 ml de agua y llevar a ebullición. Tapar, bajar el fuego y cocer durante unos 30-40 minutos, hasta que la carne esté tierna.

5 Desgranar y pelar los granos de uva, agregar a la cazuela y continuar la cocción unos 10 minutos más. Servir muy caliente, espolvoreado con abundante cebollino picado y acompañado con puré de patata.

POLLO FRITO A LA AMERICANA

Ingredientes: *(4 personas)*
1 pollo de 1,200 kg
1 taza de nata líquida
2 cucharaditas de curry
1 rama de apio picado
aceite
2 cucharadas de harina blanca
pan rallado
1 cucharada de paprika
2 huevos
sal

1 Limpiar y llamear el pollo, lavar y trocear. Batir los huevos con un chorro de aceite y poca sal. Enharinar los trozos de pollo, sumergir en el huevo y empanar con el pan rallado mezclado con la paprika.

2 Calentar abundante aceite en una sartén y freír el pollo unos 20 minutos dándole la vuelta a menudo. Cuando esté crujiente colocar sobre papel absorbente y mantener en caliente.

3 Para preparar la salsa: hervir la nata con el curry y el apio picado fino durante 10 minutos a fuego bajo. Salar y continuar la cocción removiendo continuamente hasta que los ingredientes estén completamente amalgamados.

4 Verter la salsa sobre el pollo y servir recién hecho.

POLLO BRETÓN

Ingredientes: *(6 personas)*
1 pollo de 1,5 kg
50 g de mantequilla
3 puerros
2 yemas de huevo
mejorana y perejil picados
200 g de nata líquida
sal y pimienta

1 Cortar el pollo por la mitad, limpiar, lavar y secarlo. Poner las dos mitades en una fuente para horno junto con los puerros cortados a rodajas y salpimentar. Derretir la mantequilla y pincelar el pollo. Poner la fuente en el horno 40 minutos.

2 Mezclar las yemas con la nata y las hierbas picadas, salpimentar y amalgamar bien. Retirar el pollo del horno y recubrirlo con la salsa.

3 Servir recién hecho acompañado de tallos de cebolla tierna o un poco de ensalada verde.

MAGRET DE PATO CON UVAS

Ingredientes: *(4 personas)*

- 2 pechugas de pato
- 1 loncha gruesa de jamón crudo
- 1 vaso de Marsala seco
- 1 racimo de uvas blancas
- 1 racimo de uvas negras
- 1 ramita de canela
- 80 g de mantequilla
- coriandro en grano
- sal y pimienta

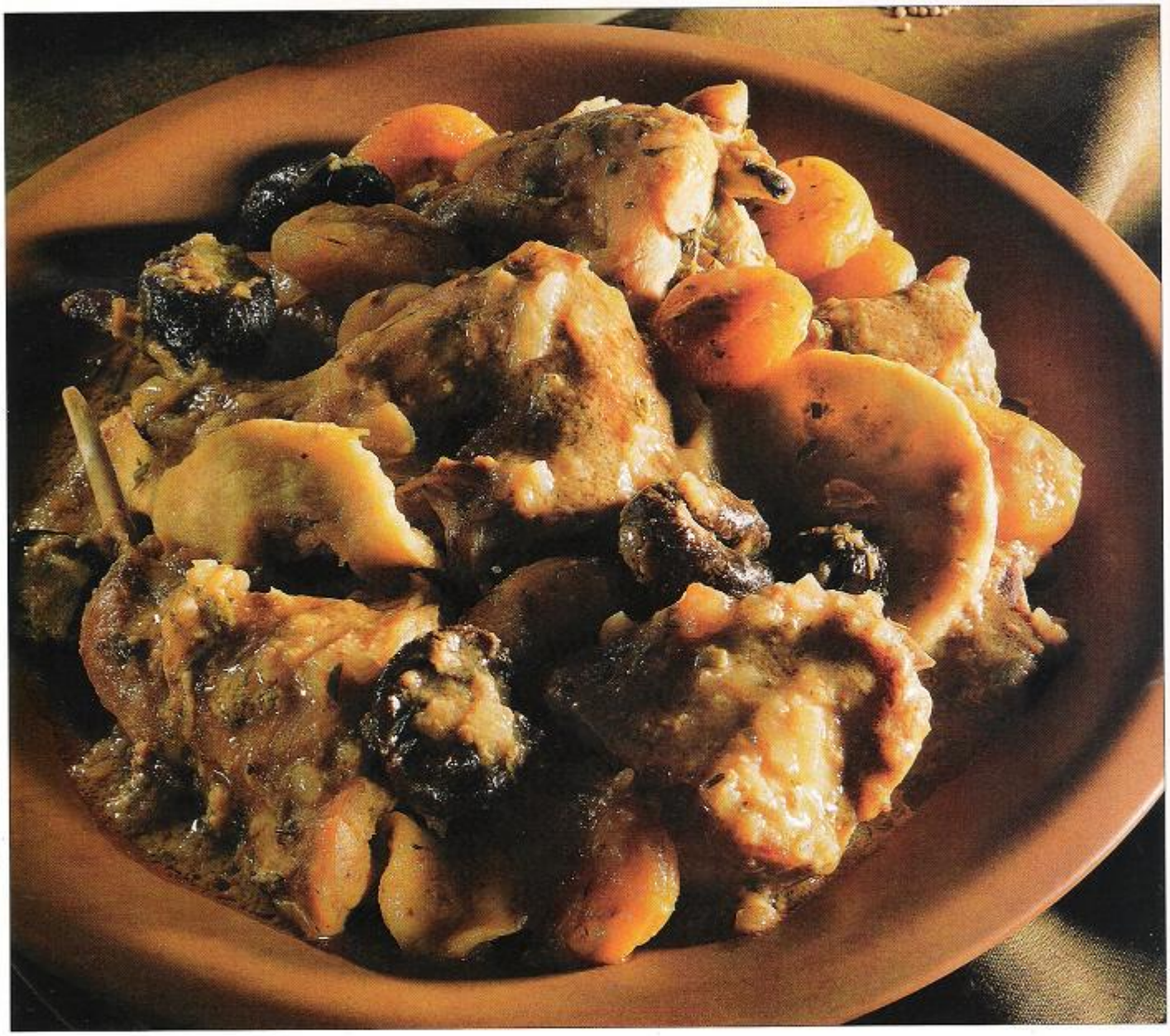
1 Con un cuchillo afilado, practicar en la parte grasa de las pechugas unos cortes profundos. Sazonar con sal y pimienta recién molida y, en una sartén grande, freírlas en la mantequilla caliente hasta que esten doraditas por ambos lados.

2 Bañarlas con el vino, agregar el palito de canela, el jamón cortado en tiritas y abundantes granos de coriandro. Cocerlo todo junto, a fuego suave, durante 10 minutos, dándoles la vuelta una vez.

3 Desgranar las uvas, lavar, cortar por la mitad e incorporarlas a la sartén. Rectificar el sazonado y continuar la cocción, a fuego fuerte, unos 5 minutos más.

4 Cortar las pechugas en lonchas finas y servir inmediatamente junto con las uvas y la salsa de la cocción.

CONEJO A LA MOSTAZA CON FRUTAS SECOS



Ingredientes: *(4 personas)*

1 conejo
200 g de frutas secas variadas (ciruelas, orejones, manzana...)
400 ml de vino blanco seco (ó sidra)
100 ml de vinagre de vino blanco
80 g de mostaza
2 escalonias
1 ramito de romero
1 ramito de tomillo
70 g de mantequilla
sal y pimienta

1 Poner la fruta seca en un cuenco, cubrir con parte del vino y dejar macerar.

2 Pulir y cortar el conejo en trozos pequeños y sumergir en agua acidulada con el vinagre durante 10 minutos. Escurrir, secar bien, untar por todas partes con mostaza y dejar reposar durante 30 minutos.

3 En una cazuela de fondo grueso, fundir la mantequilla. Agregar los trozos de carne y freír a fuego fuerte hasta que estén dorados por todos los lados. Añadir las escalonias y las hierbas aromáticas, muy picadas. Sazonar con sal y pimienta recién molida y rehogar todo junto durante unos minutos.

4 Verter el resto del vino, tapar y cocer a fuego medio durante unos 50 minutos, hasta que el conejo esté tierno.

5 Incorporar las frutas maceradas y escurridas, rectificar el sazonado y continuar la cocción durante 10 minutos más. Servir inmediatamente.

JAMÓN CON UVAS

Ingredientes: *(4 personas)*

- 4 lonchas gruesas de jamón cocido
- 400 g de uvas
- 400 ml de zumo de manzana
- 75 g de mantequilla
- 40 g de harina de maíz
- 2 cucharadas de aceite
- sal y pimienta

1 Disolver la harina de maíz en un poco de zumo de zumo de manzana. Poner el resto en un cazo de fondo grueso y llevar a ebullición. Añadir la harina de maíz disuelta y cocer, a fuego suave, removiéndolo continuamente, hasta que la salsa espese (unos 5 minutos).

2 Sazonar con sal y pimienta, agregar la mitad de la mantequilla y batir, enérgicamente, hasta que ésta esté totalmente incorporada. Reservarla al calor.

3 Calentar el resto de la mantequilla junto con el aceite en una sartén grande y rehogar los granos de uva, previamente pelados, durante unos minutos. Retirarlos y, en la misma grasa, freír las lonchas de jamón, cortadas por la mitad, durante unos 3 minutos por cada lado.

4 Repartir el jamón y las uvas en platos individuales, napar con la salsa y servir inmediatamente, acompañado con croquetas de puré de patata.

Postres

Sucumbir a la tentación de un Dulce de castañas, de una Mousse de turrón o de cualquier postre preparado en casa, puede ser el final más feliz para una buena comida.

CHARLOTA DE CASTAÑAS CON CHOCOLATE

Ingredientes: *(4 personas)*
650 g de puré de castañas
650 g de nata líquida
azúcar con vainilla
azúcar glas
10 g de gelatina neutra en polvo
1 vaso de whisky
10 marrons glacés
20-25 bizcochos de soletilla
Para la salsa de chocolate:
100 g de chocolate negro
50 g de mantequilla
150 ml de nata líquida
2 cucharadas soperas de whisky

1 Derretir el chocolate con la mantequilla. Añadir la nata y el whisky. Reservar. Poner la gelatina a remojar con 2-3 cucharadas de agua fría.

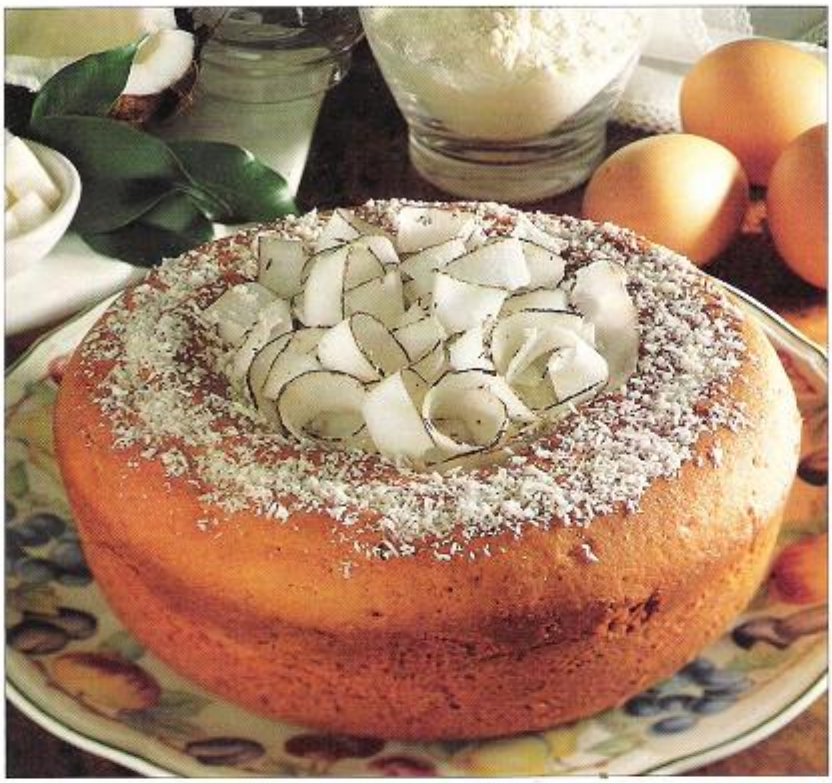
2 Cortar los melindros a la medida de las paredes del molde. Diluir el whisky con un poco de agua y remojar en él los melindros. Forrar el molde con los bizcochos, terminando con una capa en el fondo.

3 Batir la nata líquida, añadir el azúcar con vainilla y 3 cucharadas de azúcar glas. Poner la gelatina al baño maría para que se licúe y mezclarla con el puré de castañas. Incorporar la mitad de la nata montada y 5 marrons glacés troceados.

4 Rellenar el molde con la preparación anterior y cubrir con el resto de melindros. Tapar con un plato llano de la medida del molde. Poner un peso encima y dejar en el frigorífico durante 24 horas.

5 Sumergir el molde en agua caliente unos instantes. Volcar sobre un fuente. Cubrir con la salsa de chocolate y adornar con el resto de nata y los marrons glacés.

PASTEL NEVADO DE COCO



Ingredientes: *(4 personas)*
250 g de harina
120 g de mantequilla
5 huevos
5 cucharadas de azúcar
1 sobre de Levadura Royal
4 cucharadas de pulpa de coco fresco rallado
1 copita de licor dulce
virutas de coco fresco
2 cucharadas de coco rallado
mantequilla y harina para el molde

1 Rebajar la mantequilla hasta que forme una crema. Incorporar, poco a poco, el azúcar, la harina tamizada con la Levadura Royal, los huevos enteros, la pulpa de coco y el licor.

2 Batir todos los ingredientes con la batidora eléctirca (velocidad mínima) o con un batidor de varillas hasta que resulte una masa homogénea. Engrasar y enharinar un molde corona de 26-28 cm de diámetro y verter la masa.

3 Introducir el molde en el horno, previamente calentado a 180° C durante 30-40 minutos. Comprobar si está cocido con un palillo. Debe salir seco. Desmoldar y dejar enfriar.

4 Servir, espolvoreado con coco rallado y con virutas de coco en el centro del pastel.

PLUM-CAKE DE ALMENDRAS

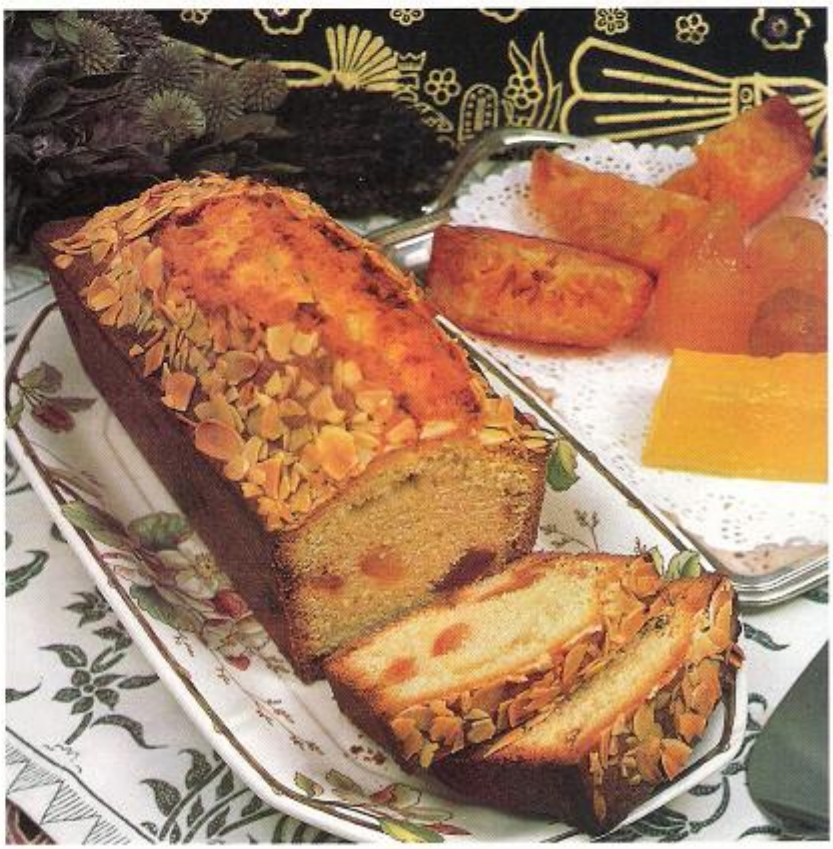
Ingredientes: *(6-8 personas)*
350 g de harina
2 cucharaditas de Levadura Royal
100 g de almendras molidas
1/2 copita de ron
4 huevos
200 g de azúcar
200 g de mantequilla
1 pera confitada
2 trocitos de melón confitado
4 rodajas de naranja confitada
50 g de almendras

1 Batir el azúcar con la mantequilla reblandecida. Añadir los huevos, seguir batiendo y agregar 320 g de harina mezclada con la Levadura Royal, las almendras molidas y el ron.

2 Cortar en trocitos las frutas confitadas y pasarlas por la harina restante. Retirar el exceso de harina y mezclar suavemente con la pasta preparada.

3 Untar con mantequilla un molde de cake, forrar la base con papel de horno y untar de nuevo con mantequilla. Verter en él la masa preparada y espolvorear con las almendras fileteadas.

4 Introducir en el horno, precalentado a 160°C, y cocer durante 45-50 minutos. Apagar el horno y dejar reposar el plum-cake 10 minutos más en su interior. Desmoldar y dejar enfriar sobre una rejilla.



MANZANAS AL HORNO

Ingredientes: *(4 personas)*
4 manzanas rojas grandes
100 g de almendras cortadas en tiras finas
40 g de mantequilla
2 cucharadas de mermelada de fresa
2 cucharadas de pasas de Corinto
1 vaso de vino blanco

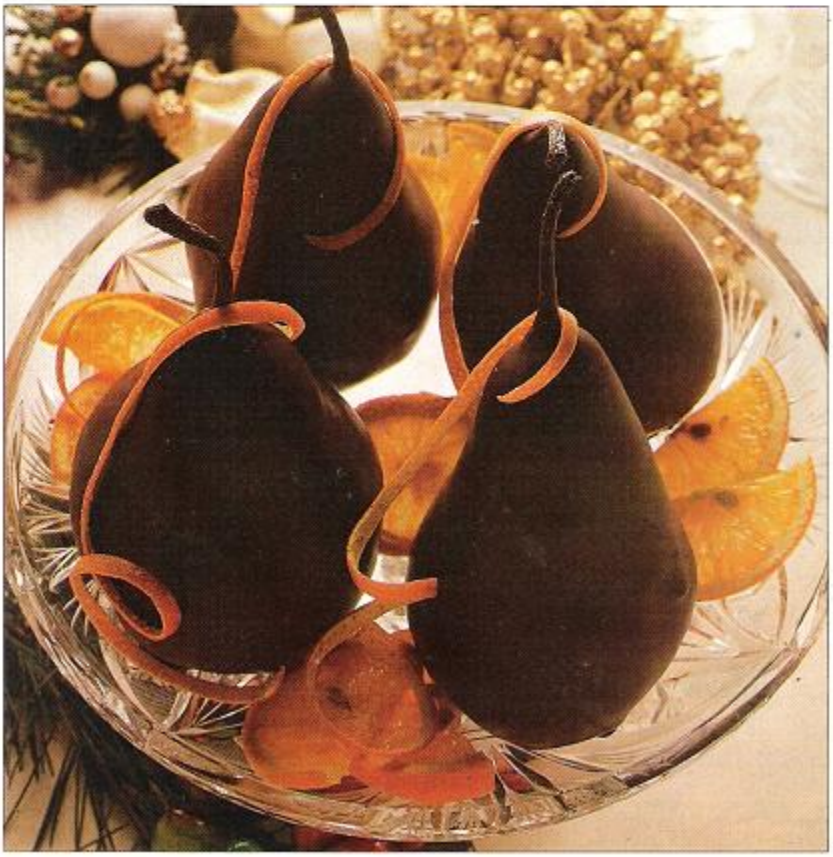
1 Lavar, secar y quitar el corazón de las manzanas. Clavar una a una las tiras de almendra en la parte exterior de las manzanas. Poner en una fuente para horno engrasada.

2 Rellenar el hueco del corazón con mermelada de fresa mezclada con las pasas. Rociar con el vino blanco y tapar la fuente con una lámina de papel de aluminio.

3 Cocer las manzanas en el horno, a 200°C, durante unos 20 minutos. Colocar las manzanas en una fuente y servir.

Las manzanas se pueden servir acompañadas con crema de vainilla o crema inglesa.

PERAS ESPECIADAS AL CHOCOLATE



Ingredientes: *(4 personas)*
4 peras maduras
125 g de chocolate fondant
6 cucharadas de leche
60 g de azúcar
el zumo de 1/2 naranja
1 cucharada de zumo de limón
4 cucharadas de clavo de especia
canela en rama
nuez moscada
sal

1 Mondar las peras y quitar el corazón. Colocar en una tartera para horno. En un recipiente mezclar el azúcar con el zumo de naranja y de limón, el clavo, un pedacito de canela, una pizca de nuez moscada y una pizca de sal.

2 Verter sobre las peras y ponerlas en el horno, precalentado a 180°C, durante 30 minutos y con la tartera tapada.

3 Pasar la tartera al fuego, retirar la tapa y dejar reducir el fondo de cocción. Trocear el chocolate y poner en una cazuela con la leche. Derretirlo a fuego bajo sin dejar de remover. Verter la salsa sobre las peras y servir.

MOUSSE DE TURRÓN Y AVELLANAS

Ingredientes: *(4 personas)*
200 g de turrón
2 huevos
1/2 l de nata líquida
60 g de azúcar
Para la salsa de avellanas:
50 g de avellanas tostadas y peladas
200 ml de leche
2 claras de huevo
40 g de azúcar

1 Separar las yemas de las claras y montar estas últimas a punto de nieve fuerte. Montar la nata líquida y picar el turrón no muy fino.

2 Batir las yemas con el azúcar hasta que quede espumoso. Incorporar la nata mezclando con cuidado, agregar el turrón y amalgamarlo todo. Humedecer un molde de cúpula, verter la mezcla preparada y ponerlo en el congelador 5 horas.

3 **La salsa:** moler las avellanas y batir las claras con el azúcar. Calentar la leche con las avellanas, incorporar el batido de huevos y azúcar y cocer a fuego lento, sin dejar de remover, hasta obtener una crema. Pasarla por el tamiz.

4 Desmoldar la mousse en una fuente y recubrirla con la salsa caliente o fría.

Es un postre exquisito que sirve, además, para reciclar los trozos de turrón sobrantes.

TARTA DE PERSIMON BOUQUET

Ingredientes:

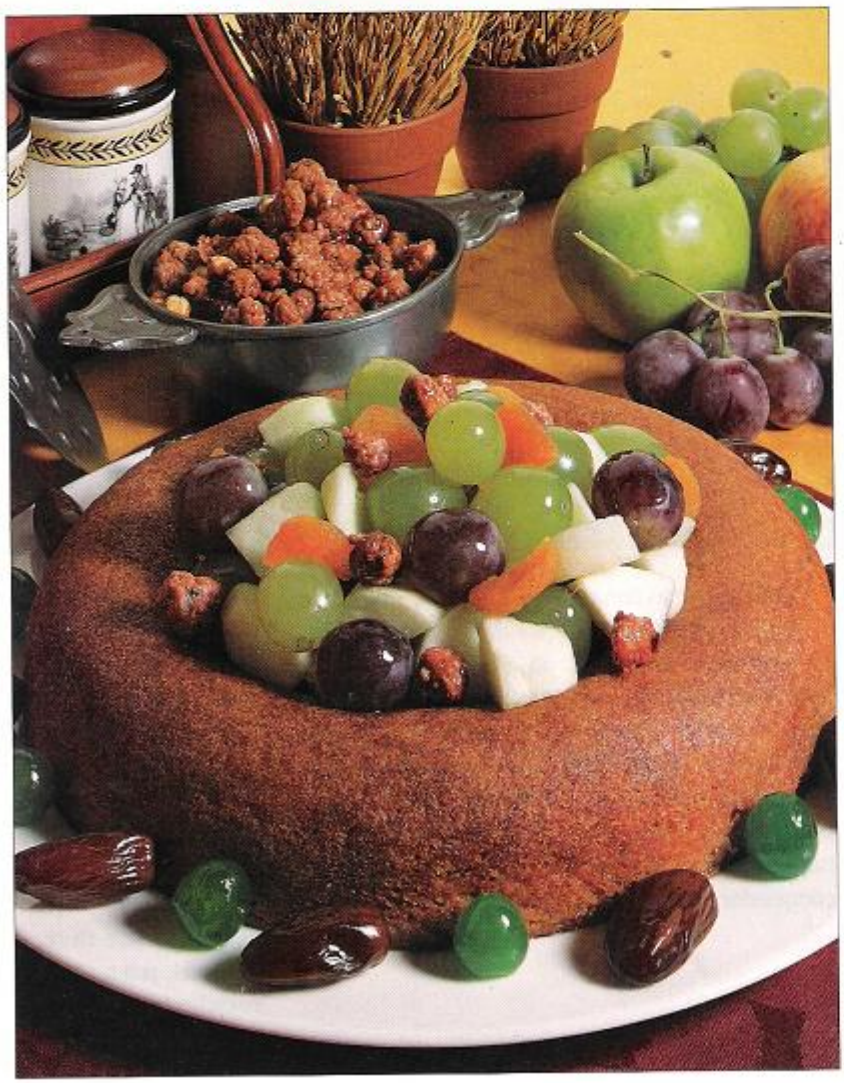
1 base de hojaldre
1/2 ltro de crema pastelera
5 persimons Bouquet maduros
100 g de mermelada de albaricoque
cerezas en almíbar
para decorar

1 Estirar la masa de hojaldre con el rodillo y forrar una base de tarta plana, untada con mantequilla. Pinchar el fondo con un tenedor y cocer en el horno a temperatura media hasta que resulte dorada.

2 Una vez fría, rellenar con la crema pastelera. Pelar los persimon y cortar en láminas no muy finas. Disponer en forma circular hasta que la crema quede totalmente cubierta.

3 Repartir de forma uniforme por encima de la tarta la mermelada de albaricoque y decorar con cerezas en almíbar

BIZCOCHO AL RON CON FRUTAS



Ingredientes:

Para el bizcocho:
2 huevos
3 cucharadas soperas de leche
vainilla
3 cucharadas soperas de aceite
125 g de azúcar
125 g de harina
1 sobre de levadura Royal
mantequilla
sal

Para el jarabe:
2 vasos grandes de agua
200 g de azúcar
7 cucharadas soperas de ron
1 palito de canela
vainilla

Fruta:
3 manzanas
1 racimo de uva negra
1 racimo de uva blanca
zumo de limón
avellanas garrapiñadas

1 Batir los huevos, añadir la leche, el aceite, una pizca de sal, el azúcar, la vainilla y la harina mezclada con la levadura.

2 Untar un molde con mantequilla, espolvorearlo con harina y llenarlo con la preparación anterior. Cocer a temperatura media durante 30 minutos y dejar enfriar sobre una rejilla.

3 Para preparar el jarabe, poner a hervir el agua con el azúcar, la canela y vainilla. Cuando esté hecho, empapar el bizcocho con el ron.

4 Pelar y trocear las manzanas y mezclar con el zumo de limón. Desgranar las uvas. Rociar las frutas con el jarabe sobrante y disponerlas en el centro del bizcocho. Terminar la decoración con la avellanas garrapiñadas.

DULCE DE CASTAÑA AL CAFÉ

Ingredientes: *(4 personas)*
185 g de mantequilla
125 g de azúcar
150 g de chocolate fondant
1 tacita de café fuerte
440 g de puré de castañas sin azúcar
315 ml de nata
Para adornar:
castañas confitadas
granos de café
nata montada

1 Trabajar la mantequilla con el azúcar hasta obtener una pasta blanda. Derretir el chocolate en el café al baño maría. Incorporar el puré de castañas y el chocolate disuelto a la crema de mantequilla; mezclarlo.

2 Forrar un molde con una gasa y verter la masa anterior; alisar la superficie, cubrirlo con una lámina y ponerlo en el frigorífico.

3 Desmoldar el dulce en una fuente, decorarlo con nata montada, las castañas confitadas y granos de café.

DULCE DE MANZANA Y MORAS

Ingredientes: *(6 personas)*
masa de hojaldre congelada
3 manzanas peladas y cortadas en gajos
200 g de confitura de mora
50 g de almendras picadas
50 g de azúcar
50 g de mantequilla
1 huevo
1 cucharada de harina
1 clara de huevo montada a punto de nieve
1 clara batida

1 Batir el huevo con el azúcar hasta obtener una pasta blanda y cremosa, agregar las almendras, la clara y la harina.

2 Descongelar la masa de hojaldre a temperatura ambiente y extenderla formando dos discos. Forrar una tartera redonda con uno de los discos y verter la crema preparada. Por encima colocar los gajos de manzana. Cubrir con la confitura de mora y tapar con el segundo disco de hojaldre. Cortar la masa en tiras finas sin llegar a los bordes, decorar y pincelar con la clara batida.

3 Introducir en el horno, previamente calentado a 190°C, durante 50 minutos. Retirar y dejar enfriar a temperatura ambiente.

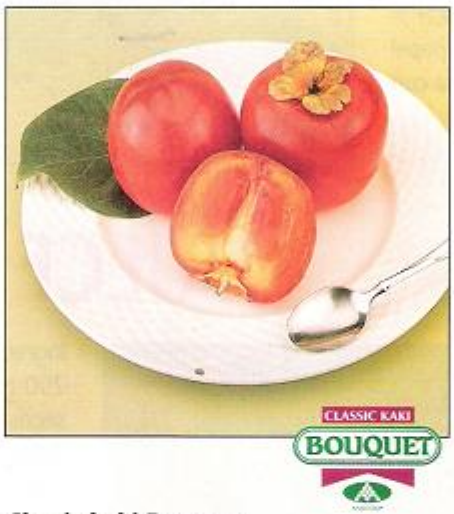
Una fruta de otoño, el kaki

Esta fruta otoñal es muy rica en proteínas y vitaminas A y C. Además es saludable, energética y tiene un agradable sabor dulce que la hace inconfundible.

El kaki se empezó a cultivar a finales del siglo VIII en China. Posteriormente su cultivo se extendió hacia los Estados Unidos y Europa pero no fue hasta 1870 que llegó a nuestro país. Hasta la fecha, esta fruta de pulpa madura, color intenso y aroma delicado, sólo era conocida como árbol aislado en algunos huertos familiares de la zona mediterránea. Sin embargo, en los últimos años se ha producido un importante desarrollo de plantaciones en Valencia y Castellón.

En los años 50 surgió en la comarca de la Ribera del Xúquer (Valencia) y de forma espontánea, la variedad "Rojo Brillante". Un kaki de altísima calidad y sin semillas que se distingue por su gran tamaño y atractivo color.

La marca Bouquet elige sólo las mejores frutas de esta variedad para ofrecer al mercado productos de gran calidad. Para conseguir un inconfundible sabor, Bouquet ha actualizado los distintos procesos de maduración y ha conseguido dos modalidades.

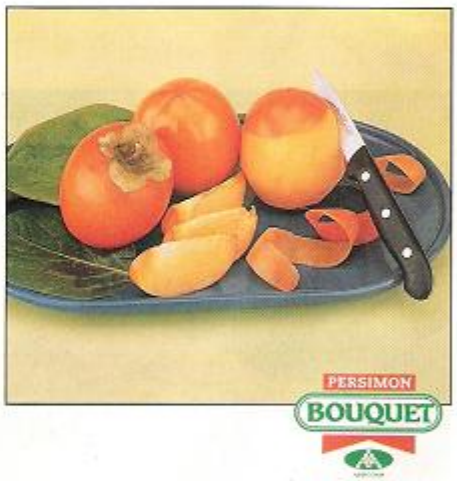


Classic kaki Bouquet

Su color rojo intenso, sabor dulce y textura suave y delicada es lo que caracteriza a esta variedad. Su pulpa se puede usar como base de macedonias, batidos y otros postres helados, aunque tradicionalmente se coma al natural con cuchara.

Persimon Bouquet

Esta variedad de kaki, de color anaranjado y con una firmeza similar a la del melocotón, se puede comer con cuchillo y tenedor. El Persimon Bouquet, se consigue siguiendo un proceso de maduración aprendido de los agricultores del Lejano Oriente.



CREMA DE CLASSIC KAKI BOUQUET

Ingredientes (4 personas)

4 Classic Kakis Bouquet
crema pastelera
nata montada
mermelada de castaña
azúcar

1 Pelar los kakis y colocar en un bol la pulpa extraída. Mezclarla a partes iguales con la crema pastelera.

2 Añadir el azúcar según el gusto y ponerlo en el frigorífico durante una hora como mínimo. Cuando la pasta haya cogido textura, retirarlo del frigorífico.

3 A la hora de servir, añadir una capa de mermelada de castaña y decorar con un poco de nata montada por encima.

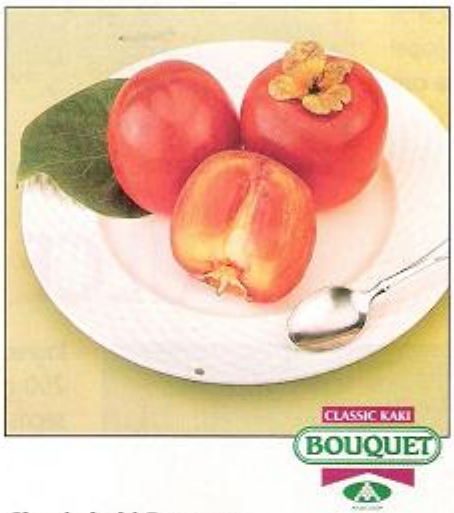
Una fruta de otoño, el kaki

Esta fruta otoñal es muy rica en proteínas y vitaminas A y C. Además es saludable, energética y tiene un agradable sabor dulce que la hace inconfundible.

El kaki se empezó a cultivar a finales del siglo VIII en China. Posteriormente su cultivo se extendió hacia los Estados Unidos y Europa pero no fue hasta 1870 que llegó a nuestro país. Hasta la fecha, esta fruta de pulpa madura, color intenso y aroma delicado, sólo era conocida como árbol aislado en algunos huertos familiares de la zona mediterránea. Sin embargo, en los últimos años se ha producido un importante desarrollo de plantaciones en Valencia y Castellón.

En los años 50 surgió en la comarca de la Ribera del Xúquer (Valencia) y de forma espontánea, la variedad "Rojo Brillante". Un kaki de altísima calidad y sin semillas que se distingue por su gran tamaño y atractivo color.

La marca Bouquet elige sólo las mejores frutas de esta variedad para ofrecer al mercado productos de gran calidad. Para conseguir un inconfundible sabor, Bouquet ha actualizado los distintos procesos de maduración y ha conseguido dos modalidades.



Classic kaki Bouquet

Su color rojo intenso, sabor dulce y textura suave y delicada es lo que caracteriza a esta variedad. Su pulpa se puede usar como base de macedonias, batidos y otros postres helados, aunque tradicionalmente se coma al natural con cuchara.

Persimon Bouquet

Esta variedad de kaki, de color anaranjado y con una firmeza similar a la del melocotón, se puede comer con cuchillo y tenedor. El Persimon Bouquet, se consigue siguiendo un proceso de maduración aprendido de los agricultores del Lejano Oriente.

PUBLI-REPORTAJE

CREMA DE CLASSIC KAKI BOUQUET

Ingredientes (4 personas)

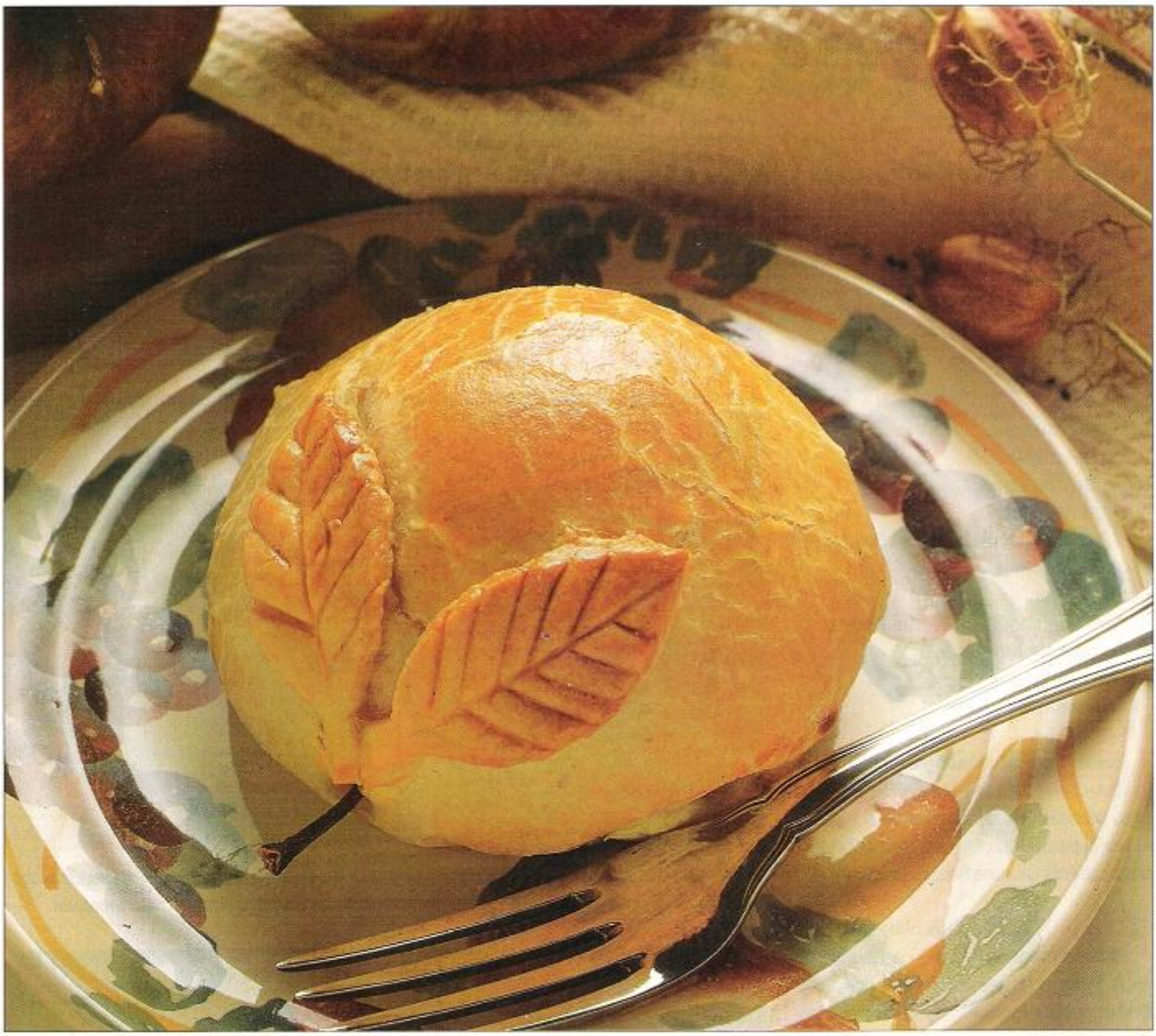
4 Classic Kakis Bouquet
crema pastelera
nata montada
mermelada de castaña
azúcar

1 Pelar los kakis y colocar en un bol la pulpa extraída. Mezclarla a partes iguales con la crema pastelera.

2 Añadir el azúcar según el gusto y ponerlo en el frigorífico durante una hora como mínimo. Cuando la pasta haya cogido textura, retirarlo del frigorífico.

3 A la hora de servir, añadir una capa de mermelada de castaña y decorar con un poco de nata montada por encima.

COSTRADA DE MANZANA



Ingredientes: *(6 personas)*

Para el relleno:

15 g de azúcar
1/2 cucharadita de canela en polvo
3 manzanas

Para la pasta:

220 g de harina
una pizca de sal
120 g de mantequilla blanda
170 g de requesón
1 clara de huevo

1 Preparar la pasta mezclando la harina, la sal, la mantequilla y el queso. Trabajar la pasta con las puntas de los dedos.

2 Sobre una superficie ligeramente enharinada extender la mitad de la pasta con un rodillo formando una lámina de 3 mm de grosor. Con la ayuda de un plato cortar 3 discos de 18 cm de diámetro; guardar los recortes.

3 En un recipiente, mezclar el azúcar con la canela. Mondar las manzanas, cortarlas por la mitad en sentido longitudinal y eliminar el corazón. Espolvorear los discos de pasta con la mezcla de azúcar y canela y, sobre cada uno, poner media manzana con la superficie cortada hacia arriba.

4 Empaquetar las medias manzanas con la pasta, pellizcando los bordes para cerrarlos. Preparar 6 envolturas del mismo modo. Disponerlos con la parte cerrada hacia abajo en una fuente para horno engrasada. Con los recortes de pasta formar 12 hojas. Pincelarlas con clara de huevo batida y con las mismas decorar las costradas de manzana. Pincelarlas con clara de huevo y cocerlas en el horno, previamente calentado a 190°C, durante 35 minutos. Retirarlas del horno, dejarlas entibiar sobre una rejilla y servir.

PALITOS DE NARANJA Y CHOCOLATE

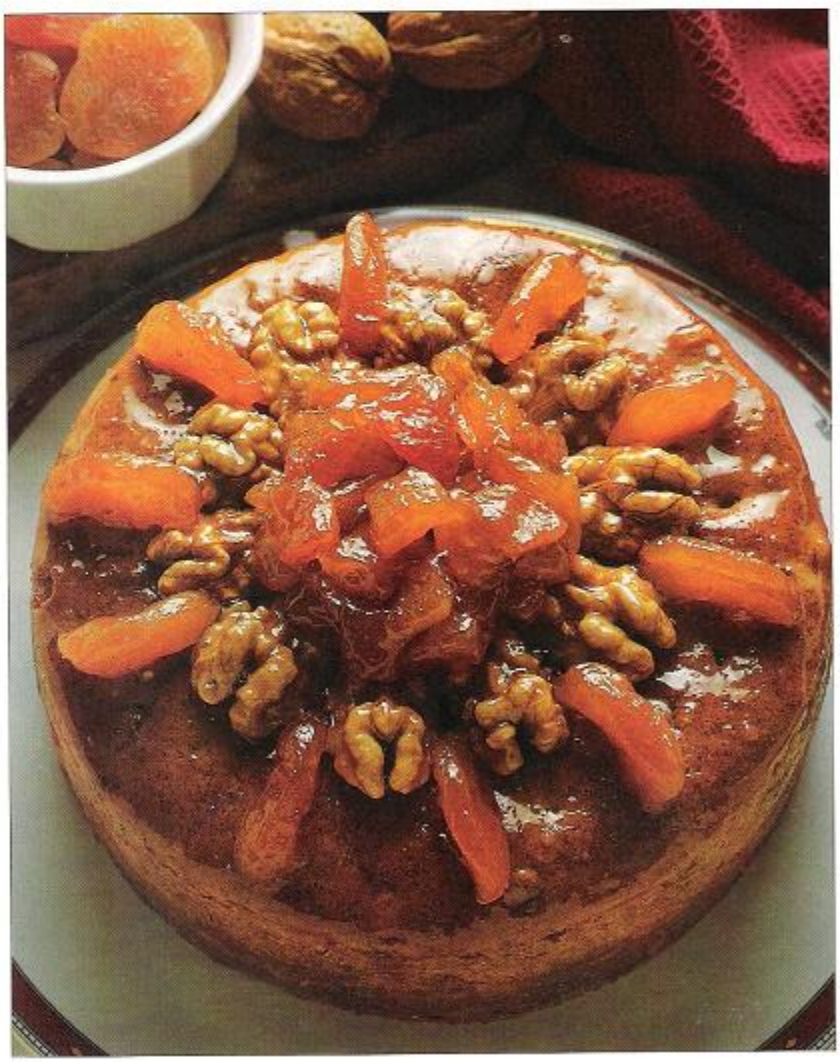
Ingredientes:
125 g de chocolate Nestlé Postres
1 naranja confitada
mantequilla

1 Cortar la naranja confitada en bastoncitos finos (sólo la parte exterior de la misma).

2 Trocear el chocolate Nestlé Postres y fundirlo, al baño maría, sin añadirle nada de agua.

3 Bañar los bastoncitos de naranja en el chocolate fundido y colocarlos sobre una hoja de papel de aluminio, untada con mantequilla.

DULCE DE NARANJA



Ingredientes:
200 g de albaricoques secos
200 g de pasas sultanas
1 vaso de zumo de naranja
1 cucharada de ralladura de piel de naranja
60 g de mantequilla
200 g de harina
1/2 bolsita de levadura en polvo Royal
60 g de gajos de nuez
120 g de azúcar de caña
3 huevos
Para la cobertura:
1 cucharada de miel
2 cucharadas de zumo de naranja
40 g de gajos enteros de nuez

1 Reservar 6 albaricoques y picar el resto; ponerlos en una cazuela junto con las pasas, el zumo de naranja, la ralladura y la mantequilla. Mantener en el fuego hasta que se haya disuelto la mantequilla y reservar.

2 En una fuente honda verter la harina y la levadura; añadir el azúcar y los 60 g de nueces picadas. Agregar la fruta preparada y los huevos y trabajarlo hasta obtener una masa bien amalgamada.

3 Verter al masa en un molde ligeramente engrasado e introducir en el horno, a 170° C, durante 1 hora y 15 minutos. Pasado ese tiempo sacar del horno, desmoldar el dulce sobre una parrilla y dejar enfriar.

4 En una cazuelita al fuego, calentar la miel junto con el zumo de naranja. Verter la mitad de este líquido sobre las nueces y en la otra mitad, cocer los albaricoques reservados. Decorar con ellos la tarta

PASO A PASO

Postres hogareños

Frutos secos, castañas, uvas y masas esponjosas son el secreto para conseguir el colofón más dulce de las fiestas del frío y de veladas entrañables en el hogar.

TRONCO DE NAVIDAD

Ingredientes

1/2 kg de castañas
100 g de azúcar
100 g de mantequilla
1/2 litro de leche
1 tableta de chocolate Nestlé Postres
1 vaina de vainilla

Para la mousse:

1 tableta de chocolate Nestlé Postres
200 g de nata montada
3 yemas de huevo
3 cucharadas de azúcar

1 Asar las castañas, pelarlas y cocerlas en la leche, con el azúcar y la vainilla hasta que estén blandas. Retirarlas, escurrirlas y pasarlas por el pasapurés con 75 g de mantequilla hasta obtener un puré fino; dejarlo enfriar.

2 **Mousse:** Fundir el chocolate troceado, al baño maría, con 2 ó 3 cucharadas de agua. Trabajar las yemas con el azúcar, añadir el chocolate fundido y mezclarlo bien; incorporar la nata montada y dejarlo enfriar.

3 Cuando el puré de castañas esté frío, colocarlo sobre una lámina de film plástico dándole forma rectangular; cubrirlo con la mousse y enrollarlo; dejarlo en el frigorífico durante unas horas.

4 Fundir el chocolate, al baño maría, con el resto de la mantequilla y, cuando esté tibio, cubrir enteramente el rollo de castañas. Dejarlo enfriar hasta que el chocolate esté casi endurecido y, con un tenedor, dibujar estrías en la superficie para imitar un tronco de árbol.

1. Pasar las castañas, cocidas y escurridas, por un pasapurés junto con la mantequilla.

2. Añadir al chocolate fundido, las yemas trabajadas con el azúcar y la nata montada.

3. Cuando el puré esté frío, extender sobre una lámina de plástico dándole forma rectangular.

4. Distribuir la mousse de chocolate sobre el puré y enrollarlo. Cubrir con el chocolate.

PASO A PASO

CROCANTI

Ingredientes:
300 g de almendras crudas
300 g de azúcar
1 limón
1 vaina de vainilla
2 cucharadas de aceite de semillas

1 Forrar una placa de horno con papel parafinado, extender sobre ella las almendras y cocerlas en el horno, durante unos 15 minutos, removiéndolas de vez en cuando con una cuchara de madera. Retirar del horno, quitar el papel y untar la placa con abundante aceite. Reservar.

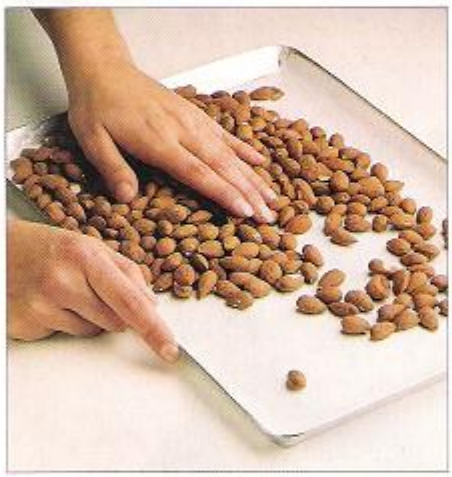
2 Poner el azúcar en un cazo de fondo grueso, agregar 3 cucharadas de zumo de limón y 2 de agua. Cocer, a fuego medio y sin dejar de remover, durante 10 minutos, hasta que el azúcar se haya disuelto completamente.

3 Incorporar la vaina de vainilla y las almendras reservadas, mezclar todo bien y cocer, a fuego suave, removiendo continuamente, durante 3 minutos, hasta que el azúcar adquiera un color oscuro. Retirar la vainilla.

4 Verter la preparación anterior en la placa de horno reservada y, con ayuda de medio limón ligeramente engrasado con un poco de aceite, extenderla uniformemente hasta formar una capa de 1 cm de grosor.

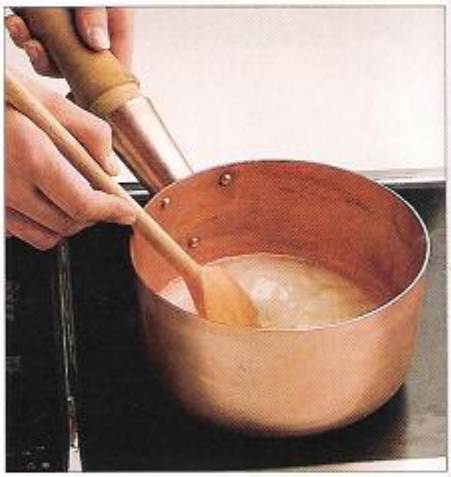
5 Dejar enfriar ligeramente (no se ha de solidificar) y, con un cuchillo afilado, practicar sobre el crocanti, incisiones profundas en forma de rombo.

6 Dejarlo reposar durante 1 hora, hasta que esté firme y cortar con las manos, siguiendo el dibujo realizado con el cuchillo.

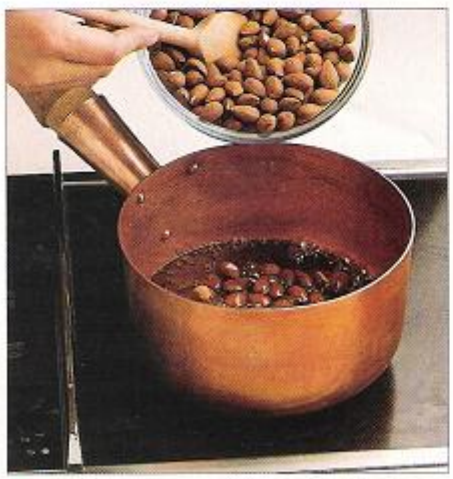


1. Forrar una placa con papel parafinado, extender encima las almendras y cocer en el horno.

2. Retirar del horno, quitar el papel y untar la placa con abundante aceite. Reservar.



3. Poner el azúcar en un cazo, agregar 3 cucharadas de zumo de limón y 2 de agua.



4. Incorporar la vainilla y las almendras y cocer, a fuego suave, removiendo.

5. Verter en la placa de horno y alisar con ayuda de medio limón engrasado con aceite.

6. Dejar enfriar ligeramente y, con un cuchillo muy afilado, marcar unos rombos.

PASO A PASO

CORONA DE MIEL Y FRUTOS SECOS

Ingredientes:

150 g de almendras
150 g de nueces
150 g de avellanas
50 g de pasas remojadas
50 g de piñones
100 g de naranja confitada
150 ml de miel
135 g de azúcar
1 naranja
1 limón
2 cucharadas de mantequilla
harina

1 Forrar una placa de horno con papel de cocina, untarla con mantequilla fundida y colocar en el centro un cilindro, también forrado con el mismo papel y engrasado con mantequilla. Reservar.

2 Extender los frutos secos sobre una bandeja resistente al calor y tostarlos en el horno, previamente calentado, durante 5 minutos, removiéndolos de vez en cuando con una cuchara de madera. Retirarlos del calor, envolverlos en un paño de cocina y frotarlos suavemente para que desprenda la película que los recubre.

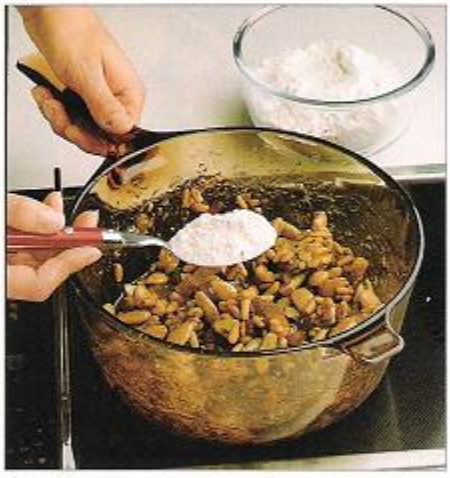
3 En una cazuela de fondo grueso, mezclar el azúcar con la miel y la ralladura de la piel de naranja y de limón; cocer a fuego suave, sin dejar de remover, durante 2 minutos. Añadir las nueces, las almendras y las avellanas y continuar la cocción 2 minutos más.

4 Agregar las pasas escurridas, la naranja confitada, cortada en trocitos, y los piñones. Mezclarlo todo bien y cocer, todo junto, otros 2 minutos. Incorporar, poco a poco, 3 ó 4 cucharadas de harina y continuar la cocción, a fuego muy suave y sin dejar de remover, durante 10 minutos.

5 Volcar esta preparación sobre una superficie ligeramente enharinada, extenderla y dejarla enfriar unos 30 minutos. Con las manos humedecidas, moldear la masa alrededor del cilindro, sobre la placa reservada, dándole forma de corona. Dejarla reposar durante 6 horas a temperatura ambiente

6 Cocer la corona en el horno, previamente calentado a fuego medio, 30 minutos. Retirar del calor y, con un cuchillo afilado, desprenderla del cilindro central. Dejarla enfriar completamente y servir decorada con una cinta de color.

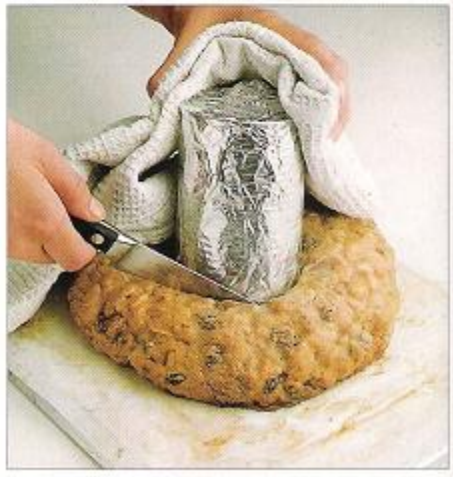
1. Forrar un cilindro, engrasar con mantequilla y colocar en una placa para horno.



2. Incorporar la harina en el cazo con todos los ingredientes y continuar la cocción.

3. Volcar la preparación sobre una superficie enharinada y extenderla.

4. Con las manos humedecidas, moldear la masa alrededor del cilindro.



5. Una vez fría y con ayuda de un cuchillo afilado desprenderla del cilindro.

PASO A PASO

PLUM-CAKE CON AVELLANAS

Ingredientes:

150 g de harina
180 g de mantequilla
150 g de azúcar
80 g de avellanas
30 ml de ron
5 huevos
1 limón
1 cucharada de levadura
sal

1 Fundir 30 g de mantequilla y engrasar con parte de ella el fondo y las paredes de un molde de plum-cake de 1 litro de capacidad. Forrar todo el interior con papel parafinado y volver a engrasarlo. Reservar.

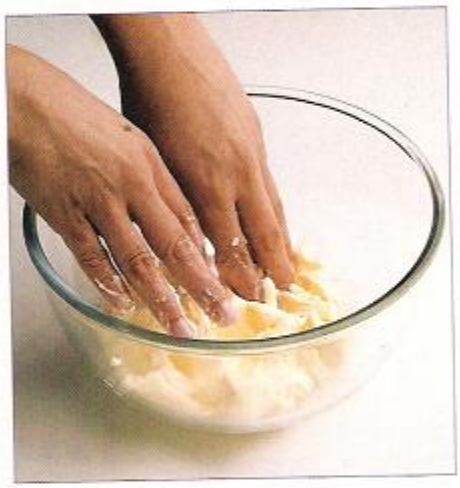
2 Poner el resto de la mantequilla en un cuenco y trabajarla con las manos hasta que esté blanda. Añadir el azúcar y batir con las varillas hasta que esté espumoso. Incorporar los huevos, de uno en uno, la ralladura de la piel de limón y el ron, en chorrito fino. Mezclar todo bien.

3 Agregar, poco a poco y sin dejar de batir, la harina y la levadura tamizadas con un pellizco de sal. Finalmente, incorporar las avellanas rebozadas en un poco de harina.

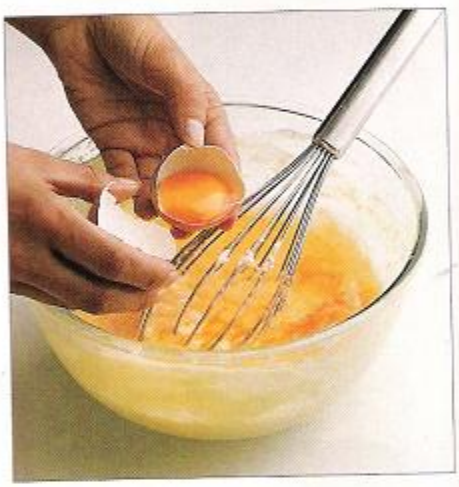
4 Verter la preparación en el molde reservado, nivelar la superficie y, con un cuchillo afilado, hacer una incisión a lo largo de la masa.

5 Cocer en el horno a fuego medio, durante unos 60 minutos y dejar enfriar dentro del horno. Desmoldar cuando esté tibio, retirar el papel engrasado y servir cortado en rebanadas.

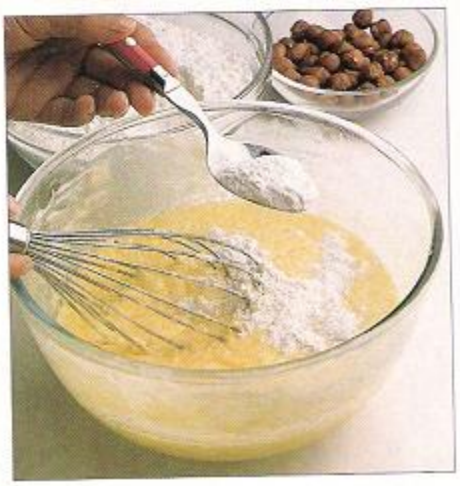
1. Engrasar un molde y forrar el interior con papel parafinado; engrasar de nuevo.



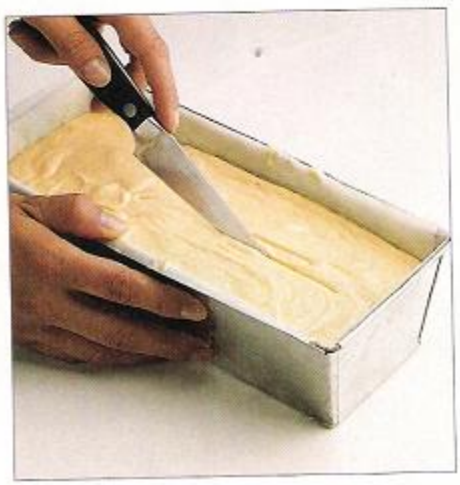
2. Trabajar la mantequilla con las manos hasta que esté blanda.



3. Añadir el azúcar y batir hasta que espume. Agregar los huevos.



4. Incorporar, poco a poco, la harina y la levadura, tamizadas.



5. Verter la preparación en el molde y nivelar la superficie. Hacer una incisión.

6. Desmoldar cuando esté tibio y retirar, cuidadosamente, el papel engrasado.

PASO A PASO

STRUDEL DE MANZANA

Ingredientes:

- 1 paquete de masa de hojaldre congelada
- 800 g de manzanas
- 60 g de pasas sultanas
- 60 g de piñones
- 70 g de azúcar
- 50 g de mantequilla
- 2 cucharadas de pan rallado
- 1 vasito de ron
- 1 cucharadita de canela
- 1/2 naranja
- 1/2 limón
- 2 cucharadas de azúcar lustre
- 50 g de mantequilla

1 Poner las pasas en un cuenco, regarlas con el ron caliente y dejarlas macerar unos 20 minutos. Tostar, ligeramente los piñones y rallar la piel de la naranja y el limón. Pelar las manzanas, quitar el corazón y cortar en láminas finas.

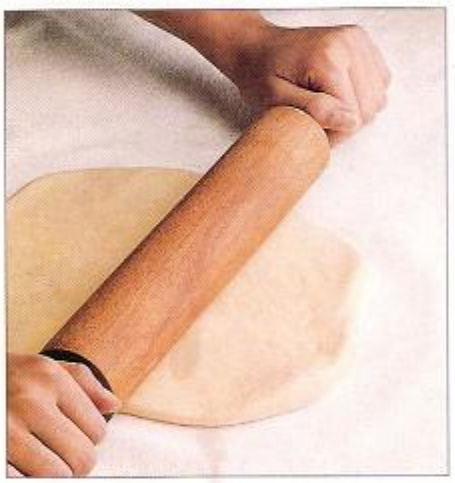
2 En una sartén, fundir la mitad de la mantequilla, añadir las láminas de manzana, espolvorearlas con el azúcar y cocer, a fuego suave, removiéndolas, de vez en cuando, hasta que estén tiernas. Verter el ron de la maceración de las pasas y continuar la cocción, a fuego fuerte, unos segundos. Agregar el pan rallado, la canela, las pasas, los piñones y la piel rallada de la naranja y del limón. Mezclar y reservar.

3 Colocar sobre la superficie de trabajo un paño de algodón de unos 75x65 cm; enharinarlo y poner la masa en el centro. Extenderla con un rodillo, también enharinado, hasta obtener una lámina lo más delgada posible.

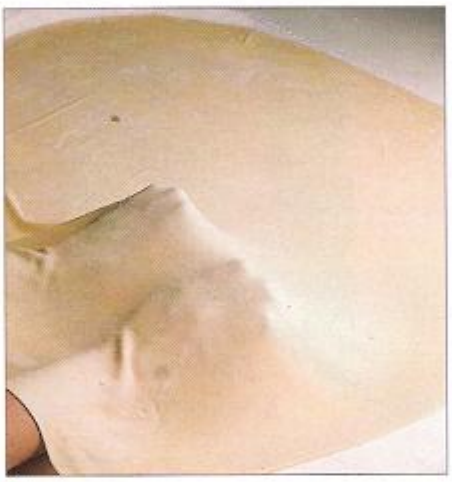
4 Colocar las manos bajo la masa, con las palmas hacia abajo y separarlas desde el centro hacia los bordes para que quede transparente. (Si se secara, untarla con un poco de mantequilla fundida). Con un cuchillo muy afilado, recortar los bordes para que quede un rectángulo de unos 50x65 cm. Untarlo con un pincel de cocina con mantequilla fundida.

5 Distribuir el relleno sobre el extremo alargado de la masa, dejando 5 cm de borde limpio en los bordes y, con ayuda del paño, enrollarlo sobre sí mismo, dándole unos golpecitos con el rollo en cada vuelta, para igualarlo.

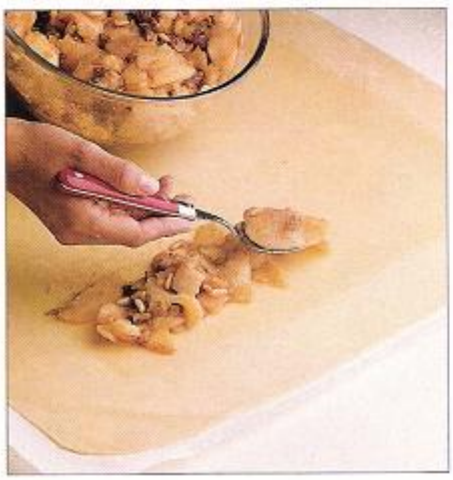
6 Cerrar los bordes, presionándolos ligeramente y volcarlo sobre una placa de horno engrasada con mantequilla. Untarlo con el resto de mantequilla y cocerlo en el horno, previamente calentado, durante 35-40 minutos, hasta que esté dorado. Servir tibio o frío, espolvoreado con azúcar lustre.



1. Extender la masa sobre un paño de cocina con el rodillo enharinado.

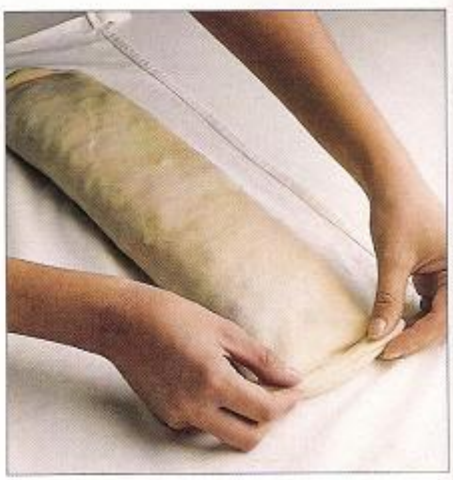


2. Colocar las manos bajo la masa con las palmas hacia abajo para despegarla.

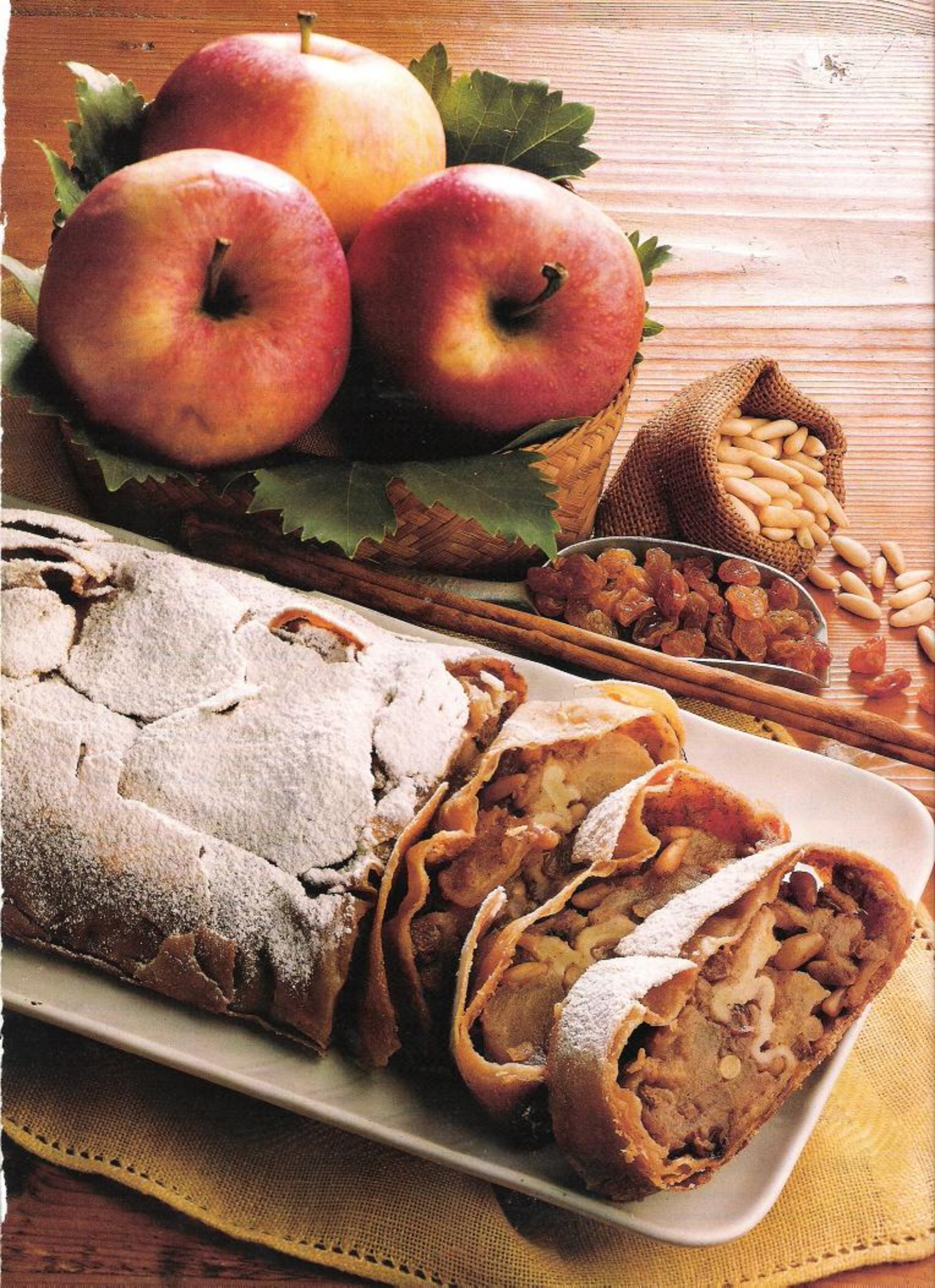


3. Distribuir el relleno sobre el extremo alargado de la masa dejando unos bordes.

4. Con ayuda del paño, enrollarlo sobre si mismo, dándole unos golpecitos.



5. Cerrar los bordes presionándolos ligeramente con las manos.



PASO A PASO

TARTA DE ALMENDRAS CON UVAS

Ingredientes:
100 g de harina
200 g de almendras
150 g de mantequilla
50 g de azúcar
1 yema
Para el relleno:
150 g de uvas blancas
150 g de uvas negras
70 g de mermelada de albaricoque
80 g de almendrados
Para la crema:
3 cucharadas de harina
3 vasos de leche
6 cucharadas de azúcar
4 yemas
vainilla en polvo
sal

1 Mezclar las almendras con la mitad del azúcar y triturarlas hasta obtener una pasta fina. Tamizar la harina con el resto del azúcar y darle forma de "volcán". Poner la yema en el centro y mezclar con un tenedor hasta que se forme una masa.

2 Agregar la mantequilla cortada en daditos y la pasta de almendra y trabajar con las manos hasta obtener una masa homogénea. Darle forma de bola, envolverla en plástico de cocina y dejarla reposar en el frigorífico durante 1 hora.

3 Enharinar la superficie de trabajo y extender la masa con un rodillo hasta obtener una lámina de 1 cm de grosor. Forrar con ella el interior de un molde de tarta, previamente engrasado con un poco de mantequilla y enharinado, y presionar con papel absorbente para que quede bien cubierto.

4 Retirar los bordes con ayuda del rodillo y dejar reposar en el frigorífico durante 30 minutos. Pinchar el fondo con un tenedor y forrarlo con papel de aluminio. Rellenar con legumbres secas y cocer en el horno, durante 10 minutos. Retirar el papel y las legumbres y continuar la cocción unos 10-15 minutos más, hasta que la masa esté hecha y ligeramente dorada. Reservar.

5 Mezclar las yemas con el azúcar y batirlas con la varillas hasta que blanqueen y estén espumosas. Añadir la harina tamizada con un pellizco de sal y otro de vainilla y seguir batiéndolo hasta que esta esté totalmente incorporada.

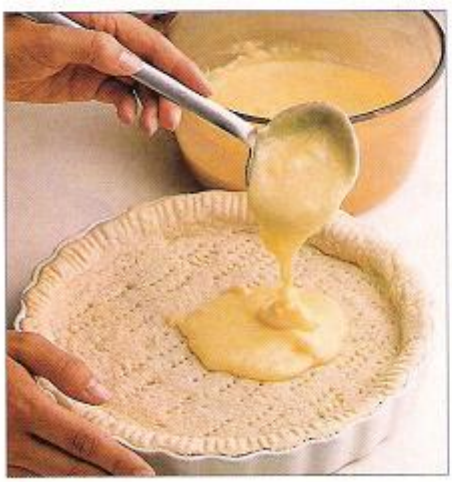
6 Agregar, poco a poco, la leche hirviendo, mezclándolo enérgicamente con una cuchara de madera y cocer, a fuego suave, removiendo continuamente, hasta que la crema espese (unos 15 minutos).

7 Verter esta preparación en el fondo de la tarta reservada. Repartir sobre ella las 3/4 partes de los almendrados, groseramente picados y cubrir todo con una capa de uvas blancas y negras.

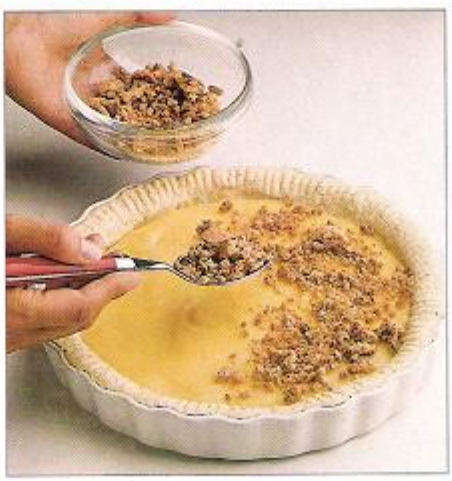
8 Calentar la mermelada de albaricoque, a fuego suave, hasta que esté licuada. Regar con ella la superficie de la tarta, espolvorear con el resto de los almendrados, desmenuzados y dejar enfriar.

1. Extender la masa con ayuda del rodillo hasta conseguir un grosor de 1 cm.

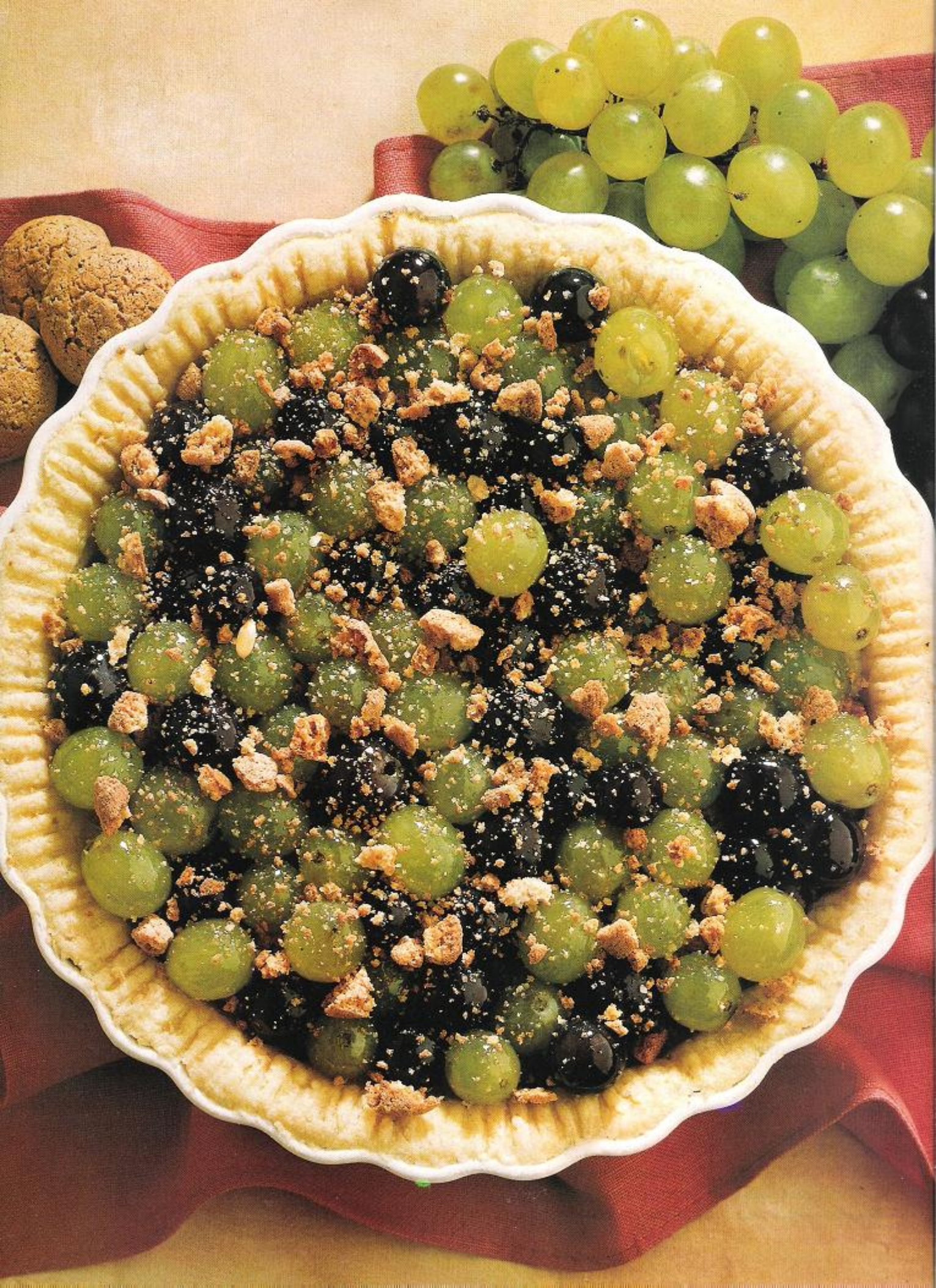
2. Forrar un molde engrasado con la masa, presionarla y cortar los bordes con el rodillo.



3. Preparar la crema con las yemas, el azúcar y la leche. Verter sobre la tarta preparada.

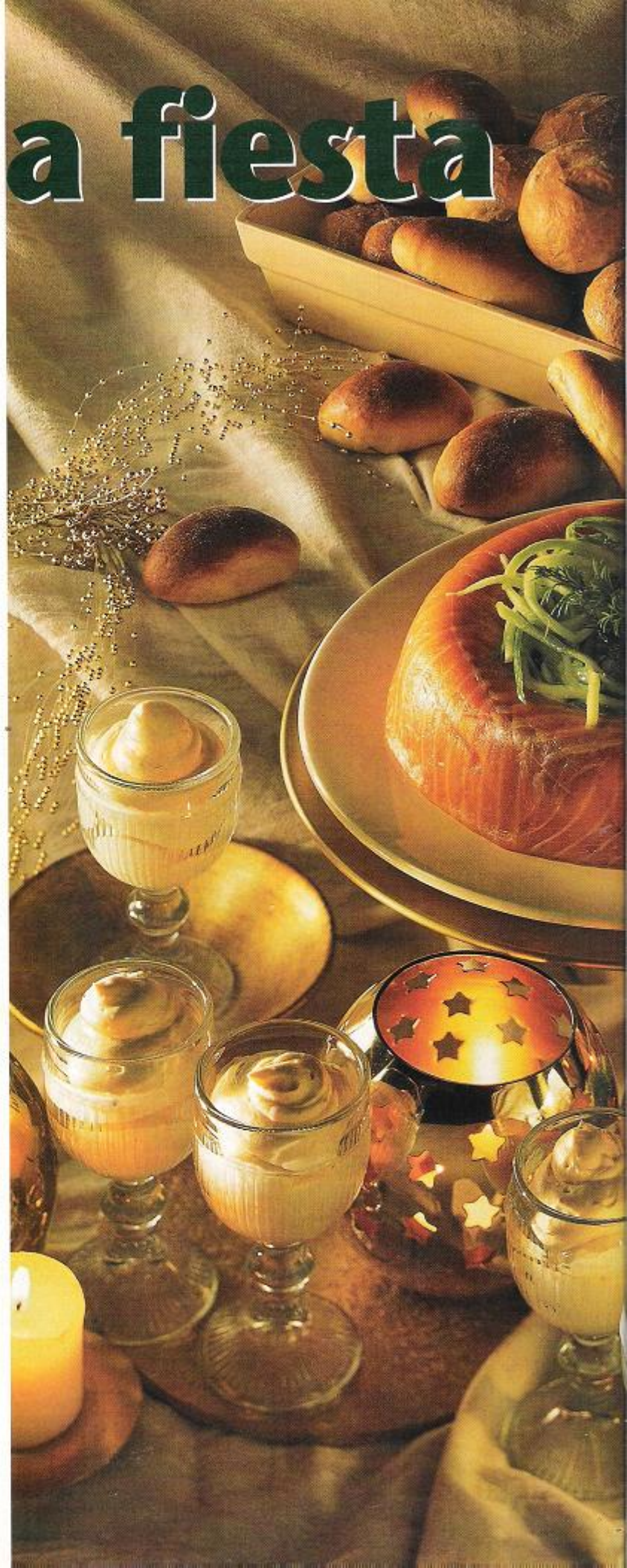


4. Repartir sobre la crema, parte de los almendrados picados. Poner las uvas.



Sabor a fiesta

Un Buffet y una Selección de recetas para combinar exquisitos menús; desde los Entrantes hasta los Postres.



SORBETE VIKINGO

Ingredientes: *(8 personas)*
400 ml de Aquavit (aguardiente sueco) o aguardiente
2 cucharadas de zumo de limón
200 g de azúcar fino
2 claras de huevo

1 Derretir 100 g de azúcar en 100 ml de agua y cocer 5 minutos a fuego suave, removiendo. Poner al baño-maría y añadir las claras, batiéndolas con el resto del azúcar para obtener un merengue italiano.

2 Añadir el zumo de limón y el Aquavit. Verter en un recipiente para sorbete y poner a enfriar en el congelador.

CREMA CON VIEIRAS

Ingredientes: *(8 personas)*
8 vieiras
1 kg de blanco de puerros
1 kg de patatas
1/2 litro de nata líquida
100 g de mantequilla
sal y pimienta

1 Pelar las patatas y trocearlas. Cortar el blanco de los puerros y cocer, junto con las patatas en 2 litros de agua. Sacar del fuego y pasar por la batidora hasta conseguir una crema muy fina. Sazonar con sal y pimienta, añadir la nata y mezclar.

2 Limpiar las vieiras y saltear rápidamente en la mantequilla (unos 30 segundos por cada lado).

3 Poner 1 vieira en cada plato de servicio y verter la crema muy caliente por encima

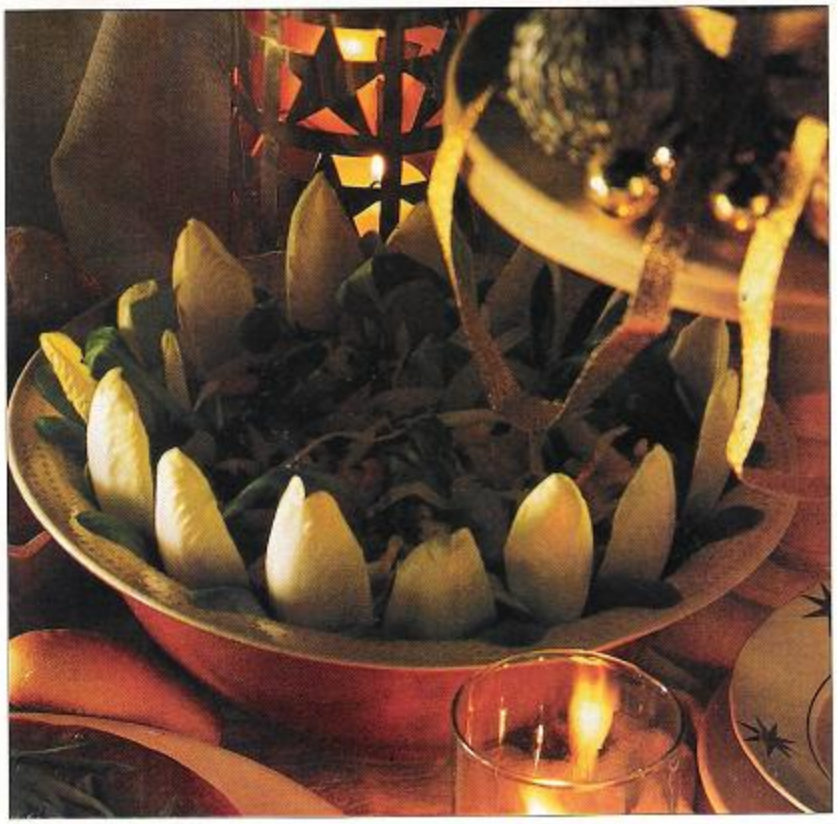
BOGAVANTE BELLAVISTA

Ingredientes: *(8 personas)*
4 bogavantes cocidos
1 lechuga
Para la salsa:
1/2 litro de mahonesa
1 cucharada de ketchup
1 cucharada de nata líquida
1 cucharada de brandy
2 cucharada de hierbas frescas picadas

1 Lavar la lechuga, cortarla en juliana y distribuirla en platos individuales o en una fuente. Cortar los bogavantes por la mitad y disponerlos encima de la ensalada junto con las patas y las pinzas. Si tuviera huevas decorar con ellas el plato.

2 Preparar la salsa agregando a la mahonesa todos los ingredientes. Servir los bogavantes fríos acompañados con la salsa.

ENSALADA DE ENDIBIAS Y GAMBAS



Ingredientes: *(8 personas)*
400 gr de canónigos
4 endibias
400 g de colas de gambas cocidas
2 naranjas
2 aguacates
Para la vinagreta:
100 ml de vinagre blanco
200 ml de aceite de maíz
3 cucharadas de hierbas frescas
sal y pimienta

1 Lavar los canónigos. Limpiar las endibias y separar las hojas. Pelar las naranjas y partir en gajos finos. Pelar los aguacates y cortar a daditos.

2 Preparar la vinagreta mezclando todos los ingredinetes hasta que resulten bien emulsionados.

3 Disponer las hojas de endibia alrededor de una fuente honda y colocar en el centro, los canónigos, las gambas , los gajos de naranja y los daditos de aguacate. Servir la salsa vinagreta aparte.

CORONA DE SALMÓN FRESCO

Ingredientes: *(8 personas)*
8 lonchas de salmón ahumado
2 filetes de salmón fresco
1 y 1/2 kg de tomates maduros
2 cebollas
300 ml.de nata líquida
1 vaso de ginebra
3 hojas de gelatina
4 cucharada de aceite de oliva
1 cucharada de perejil picado
1 cucharada de cebollino picado
sal y pimienta

1 Pelar los tomates y desechar las pepitas. Trinchar muy menudas las cebollas y rehogarlas en aceite; añadir el tomate y cocer a fuego suave durante 20 minutos. Remojar las hojas de gelatina en agua tibia.

2 Freír los filetes de salmón en una cucharada de aceite y dejarlos enfriar. Pasar el tomate por el pasapurés para obtener una salsa fina, salpimentar. Añadir la gelatina, escurrida, la ginebra, las hierbas y la nata líquida: mezclar suavemente hasta obtener una mousse.

3 Forrar un molde de corona con el salmón ahumado. Rellenar con la mitad de la mousse de tomate. Repartir por encima los filetes de salmón y terminar con el resto de la mousse.

4 Doblar por encima de la mousse las lonchas de salmón y poner a cuajar en el frigorífico. Volcar el molde en una fuente de servicio y presentar con una ensalada verde.

Entrantes

Un buen comienzo es la garantía para un mejor final. Delicados, ligeros y refinados, los entrantes que hemos preparado son un garantía de éxito.

PASTEL DE SALMÓN

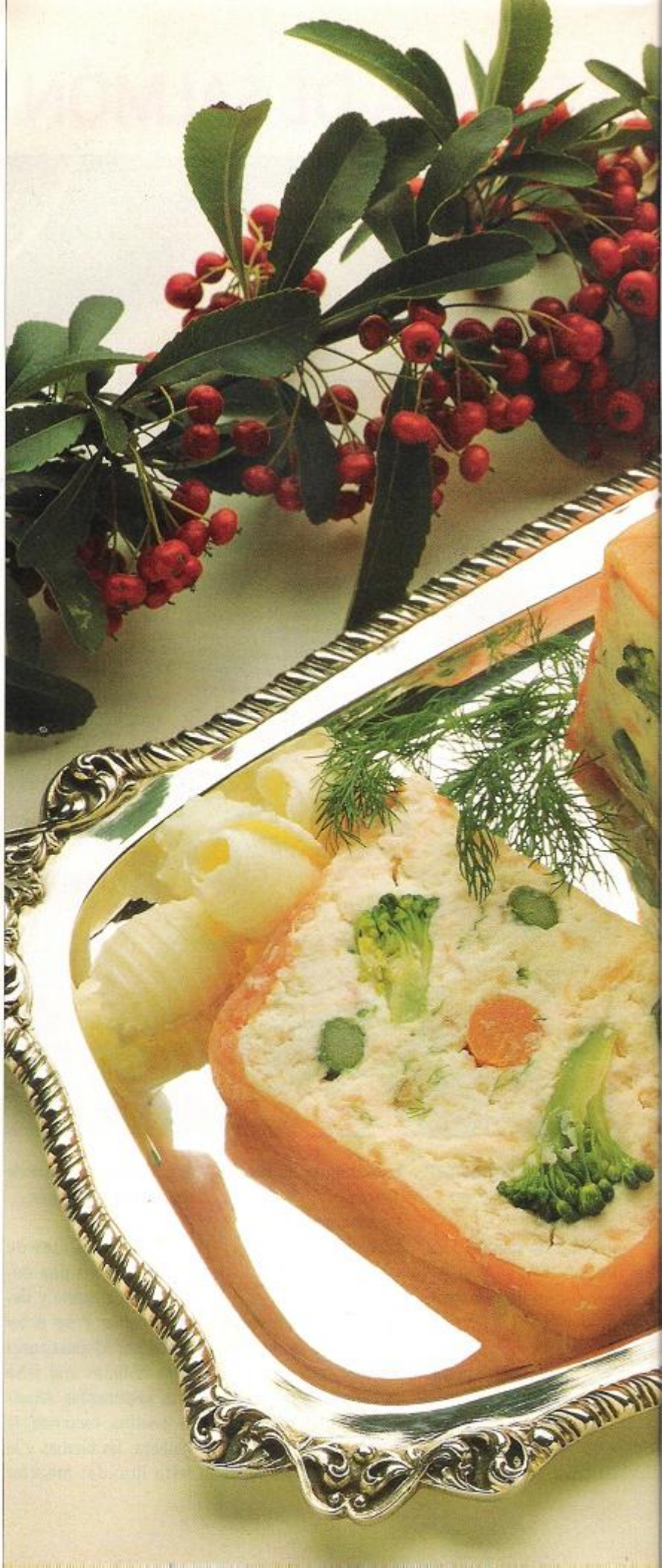
Ingredientes: *(10 personas)*

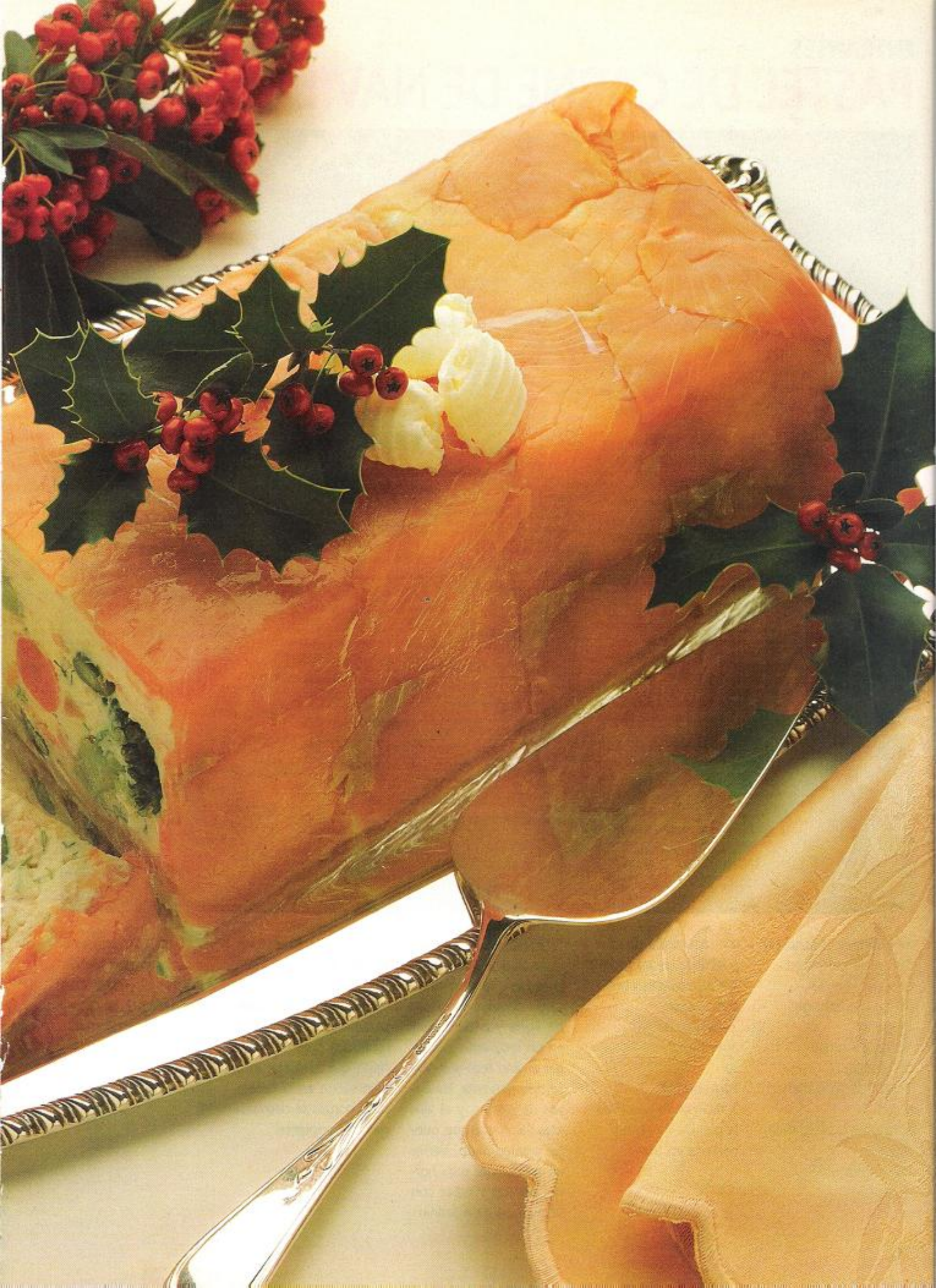
- 450 g de salmón ahumado en lonchas
- 200 g de salmón ahumado en lonchas para forrar el molde
- 1 vaso de leche
- 100 g de miga de pan
- 50 g de requesón
- 80 g de mantequilla fundida
- 1/2 cucharadita de pimienta negra molida
- 1/2 cucharadita de ralladura de limón
- 5 cucharadas de licor dulce
- 1 cucharada de eneldo picado
- 10 cogollos de brécol
- 2 zanahorias
- 8 espárragos

1 Forrar un molde rectangular con una lámina transparente. Colocar las lonchas de salmón en el fondo y los bordes.

2 Mezclar el requesón con la mantequilla, el salmón picado, el eneldo picado y la ralladura de limón. Añadir la miga de pan, remojada en leche y estrujada, rociar con el licor y salpimentar. Amalgamar bien todos los ingredientes. Lavar las verduras; hervirlas, escurrirlas y dejarlas enfriar.

3 Verter a cucharadas la mitad de la mezcla en el molde y agregar las verduras prensándolas con una cuchara. Recubrir las verduras con el resto de la mezcla, alisar la superficie y ponerlo en el frigorífico hasta el momento de servir.





PASTEL DE CARNE DE NAVIDAD

Ingredientes: *(6 personas)*

800 g de panceta fresca de cerdo
600 g depechuga de pollo
500 g de carne de ternera
1 vaso de vino blanco seco
1 vaso de vino blanco dulce
1/2 cubito caldo de pollo
1 cucharadita de pimienta negra molida
10 bayas de enebro aplastadas
2 dientes de ajo aplastados
sal

Para adornar:

1 racimo de grosellas
la piel de 1 naranja cortada en tiras

1 Poner en la batidora la panceta, el pollo, la ternera, la pastilla de caldo disuelta en 50 ml de agua y batir. Verter en un recipiente y agregar el vino seco y el dulce, sal, pimienta, las bayas de enebro y el ajo. Mezclar hasta que quede amalgamado. Verter en una fuente para horno, apretar y tapar con una lámina de aluminio.

2 Poner la fuente en una tartera con agua fría hasta la mitad. Cocer en el horno, a una temperatura de 180° C, durante una hora y media, hasta que el pastel esté bien sólido en el centro y los bordes se desprendan del recipiente.

3 Dejar enfriar y volcarlo en una fuente. Adornar el pastel con hojas de laurel, las grosellas y la piel de naranja.

ENTREMÉS DE VIEIRAS

Ingredientes: *(6 personas)*

- 12 vieiras
- 1 alcachofa
- 1 limón
- 1/2 puerro
- perejil
- mantequilla
- aceite de oliva
- 1/4 litro de vino blanco seco
- sal y pimienta

1 Limpiar, lavar y cortar fina la alcachofa. Rociar con unas gotas de zumo de limón y reservar.

2 Cepillar y lavar bien las conchas de las vieiras, abrirlas, desprender el molusco eliminando la membrana y los bordes que hay alrededor. Lavar con la parte roja bajo el agua corriente.

3 Picar fino el puerro y rehogarlo en 30 g de mantequilla, salpimentar, agregar los moluscos y la alcachofa, rociarlo con el vino, tapar la cazuela y dejar cocer 15 minutos.

4 Retirar las vieiras, filtrar el fondo de cocción y rectificar de sal y pimienta. Añadir el zumo de limón y 4 cucharadas de aceite. Emulsionar y verter la salsa en las conchas, colocando después cada molusco en el centro de las mismas. Espolvorear con el perejil picado y dejarlas en el frigorífico hasta el momento de servir.

Las vieiras, como todos los moluscos, han de prepararse el mismo día de su compra. En el mercado se pueden encontrar congelados.

VIEIRAS CON CHAMPIÑONES

Ingredientes: *(4 personas)*

16 vieiras
300 de champiñones
1 vaso de vino blanco seco
150 ml de nata líquida
el zumo de 2 limones
perejil picado
40 g de mantequilla
aceite de oliva
sal y pimienta

1 Abrir las valvas y desprender con cuidado los moluscos de las conchas, reservar. Pasar los moluscos bajo el agua corriente y dejar 10 minutos en un recipiente con agua fría. Escurrir y poner en una cazuela con el vino, la nata, sal y pimienta y cocer 10 minutos a fuego lento.

2 Limpiar los champiñones y cortarlos en láminas finas.

3 En una cazuela poner el zumo de limón y la mantequilla con 3 cucharadas de agua, sal y pimienta, llevar a ebullición. Agregar los champiñones, tapar la cazuela y cocer 6 minutos a fuego vivo, mezclando a menudo. Escurrirlos.

4 Lavar las conchas y colocarlas en una fuente grande para horno. Rellenarlas con los champiñones, los moluscos y la salsa de cocción. Rociar con un chorrito de aceite. Espolvorear con el perejil e introducir en el horno, a una temperatura de 250° C, durante 5 minutos. Servir inmediatamente.

Si se tienen conchas vacías, esta receta puede hacerse con vieiras congeladas que, normalmente, se venden al peso.

PATATAS AL HORNO RELLENAS DE FOIE

Ingredientes: *(4 personas)*

- 4 patatas grandes
- 200 g de foie
- 200 g de ceps (setas de Burdeos)
- 200 ml (1 brick) de nata para montar La Lechera
- 50 ml de vino de oporto
- 1 puerro
- 1 chalota
- aceite
- sal y pimienta

1 Lavar las patatas, envolverlas en aluminio y cocerlas en el horno hasta que estén tiernas (1 hora aproximadamente). Cortar la parte superior y vaciarlas con una cucharilla o vaciador especial.

2 Cortar 4 medallones gruesos de foie y picar el resto. Limpiar las setas y cortar en láminas.

3 Trinchar la parte blanca del puerro y la chalota y rehogar en aceite. Añadir las setas y cocer durante 10 minutos a fuego suave; verter el vino y cocer 10 minutos más.

4 Agregar la pulpa de las patatas, la nata y el foie picado. Salpimentar y rellenar con este preparado las patatas.

5 Colocar un medallón de foie sobre cada patata, poner en una fuente y gratinar durante unos 5 minutos. Servir las patatas con una ensalada de invierno.

Una buena ensalada de invierno puede componerse de: escarola, rúcula y canónigos. También puede decorarse con unos tallos de cebollino.

HOJALDRES CON CAVIAR Y HUEVOS

Ingredientes: (40 lionesas)
1 lámina de masa de hojaldre Findus
12 huevos de codorniz
12 corazones pequeños de alcachofa
caviar o sucedáneo
zumo de limón
sal

1 Cocer los fondos de alcachofa con agua, sal y zumo de limón, hasta que estén muy tiernos. Escurrir y dejarlos enfriar.

2 Descongelar la masa de hojaldre y estirarla con el rodillo. Con ayuda de un cortapastas o una copa, cortar 12 discos pequeños. Pincharlos con un tenedor y cocerlos en el horno, a temperatura fuerte, hasta que estén dorados (15 minutos, aproximadamente.

3 Cocer los huevos de codorniz con sal durante 3 minutos. Pasar por agua y pelarlos. Colocar sobre cada base de hojaldre 1 corazón de alcachofa, 1 huevo partido por la mitad y 1 cucharadita de caviar.

CROQUETAS DE BERENJENAS

Ingredientes: (40 lionesas)
300 g de gambas
1 berenjena
100 g de harina
1 bote de leche Evaporada Ideal
1 cebolla
1 huevo
pan rallado
harina para rebozar
aceite y sal

1 Cortar la berenjena en daditos; sazonarla con sal y dejarla reposar durante unos 30 minutos.

2 Picar la cebolla y freírla, junto con los daditos de berenjena, en abundante aceite hasta que estén doradas. Escurrir y poner sobre un papel absorbente. Freír las gambas, pelar las colas y cortarlas en trocitos.

3 Rehogar la harina en la mantequilla y un poco de aceite de freír las gambas. Verter la leche evaporada y 1/2 litro de agua: cocer, removiendo sin parar, hasta que la bechamel espese.

4 Incorporar las berenjenas y las gambas y cocer unos minutos más removiendo. Verter la masa en una fuente y dejarla enfriar. Una vez esté fría, formar las croquetas, pasar por harina, huevo batido y pan rallado. Freírlas en abundante aceite caliente.

LIONESAS DE ATÚN

Ingredientes: (40 lionesas)
60 g de mantequilla
70 g de harina
2 huevos
Para el relleno:
150 g de atún
9 cucharadas de cebolla fina
10 g de mantequilla
9 cucharaditas de semillas de hinojo picado
1/2 cucharadita de ralladura de limón
3 cucharadas de nata ácida espesa
pimienta negra molida
1 yema de huevo
2 cucharaditas de semillas de sésamo

1 Derretir la mantequilla, añadir 150 ml de agua, llevar a ebullición y retirar del fuego. Incorporar inmediatamente toda la harina, batiendo enérgicamente, de forma que se solidifique la pasta.

2 Volver a poner al fuego unos segundos sin dejar de remover y formando, poco a poco, una bola. Añadir los huevos de uno en uno, sin dejar de remover, la pasta ha de quedar blanda y brillante.

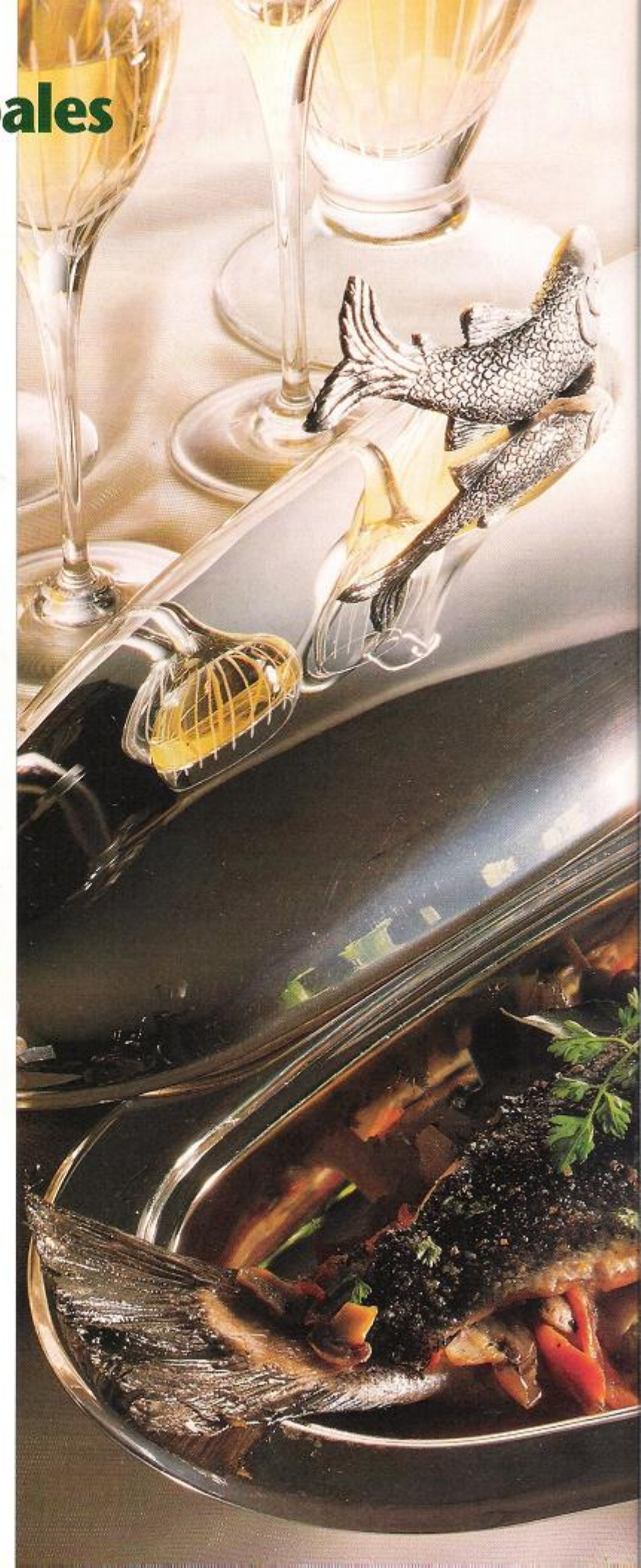
3 Poner la mezcla en una manga pastelera con boquilla lisa y formar 40 bolitas sobre la bandeja del horno. Pincelarlas con yema de huevo y espolvorearlas con semillas de sésamo. Cocer durante 15 minutos y dejar enfriar sobre una parrilla.

4 Para preparar el relleno, derretir la mantequilla, a fuego bajo, añadir la cebolla y las semillas de hinojo, dejar cocer 2 minutos hasta que se ablanden. Retirar del fuego y mezclar el atún desmenuzado, la ralladura de limón, la nata y la pimienta.

5 Cortar las lionesas por una punta y rellenarlas con la mezcla de atún preparada.

Platos principales

Son la parte importante de un menú y, siempre, se esperan con expectación. Es preciso, por tanto, sorprender a nuestros invitados con un plato excepcional.



SALMÓN A LA SIDRA

Ingredientes: *(4 personas)*

1 salmón de 1 1/2 kg
200 ml de caldo de pescado
150 ml de sidra
100 ml de vino blanco
100 g de tocino salado
100 g de champiñones
1 puerro
1 zanahoria
1 tallo de apio
1 escalonia
1 limón
1 ramita de tomillo fresco
1 ramita de perejil
1 hoja de laurel
mantequilla
sal y pimienta blanca

1 Limpiar el salmón y, sin quitarle la cabeza, abrirlo por la mitad y retirar la espina central. Sazonarlo interiormente con sal y pimienta.

2 Añadir al caldo el vino y un chorrito de zumo de limón y calentarlo.

3 Cortar el tocino en tiritas; limpiar todas las verduras y picarlas groseramente. Mezclar dos tercios de las verduras con la mitad del tocino y rellenar el salmón con esta preparación; sazonar exteriormente con sal y pimienta.

4 Poner el resto de las verduras y del tocino en una bandeja de horno untada con mantequilla y cocer durante 10 minutos a horno medio. Retirar del horno, colocar el salmón, espolvorearlo con las hierbas trinchadas y repartir por encima unos trocitos de mantequilla. Cocer durante 30 minutos regándolo a menudo con el caldo y la sidra.

5 Pasar el salmón a una fuente, decorarlo con hierbas frescas y servirlo inmediatamente.

LENGUADO AL CAVA

Ingredientes: *(4 personas)*

- 4 lenguados
- 250 ml de fondo de pescado
- 250 ml de cava brut
- 150 ml de nata líquida
- 20 g de harina
- 100 g de mantequilla
- 1 escalonia
- 1 ramito de hierbas aromáticas (perejil, albahaca, dragoncello...)
- sal y pimienta blanca

1 Retirar la cabeza y las vísceras de los lenguados y quitarles la piel. Lavarlos bajo el chorro de agua fría y secarlos bien.

2 Pelar la escalonia, picarla muy fina y, en una cazuela de fondo grueso, freírla en la mitad de la mantequilla hasta que esté transparente. Incorporar los lenguados, bañarlos con el cava y el caldo de pescado y cocerlos a fuego muy bajo durante unos 10 minutos. Retirarlos con cuidado, ponerlos en la fuente de servir y mantenerlos al calor.

3 Llevar a ebullición el fondo de la cocción del pescado y cocerlo a fuego fuerte hasta que se haya reducido a la mitad. Mezclar la harina con el resto de la mantequilla, añadirlo a la preparación anterior y mezclar todo enérgicamente.

4 Agregar la nata líquida, sazonar con sal y pimienta y cocer, a fuego suave, sin dejar de remover, durante unos minutos más, hasta que la salsa espese ligeramente.

5 Servir el pescado cubierto con la salsa y espolvoreado con las hierbas aromáticas muy picaditas.

LANGOSTINOS A LA SAL

Ingredientes: *(4 personas)*
12 langostinos
2 ramitos de coriandro fresco
2 ramitos de perejil
4 tiritas de cebollino
1 diente de ajo
aceite de oliva extravirgen
sal gruesa
pimienta en grano

1 Lavar los langostinos bajo el chorro de agua fría y secarlos bien. Cortarlos por la mitad, a lo largo y, con un cuchillo de punta fina, quitarles el filamento negro del dorso.

2 Limpiar las hierbas aromáticas y pelar el diente de ajo. Picar muy fino y mezclar con un poco de sal gruesa.

3 Cubrir el fondo de una bandeja, resistente al calor, con una capa de sal. Colocar sobre ella las mitades de langostinos, con la parte abierta hacia arriba; espolvorearlos con la mezcla de ajo y hierbas y cocer en el horno, a fuego fuerte, durante 7 minutos.

4 Servir inmediatamente regados con un chorrito de aceite crudo y perfumados con pimienta recién molida.

SALMÓN A LA NARANJA

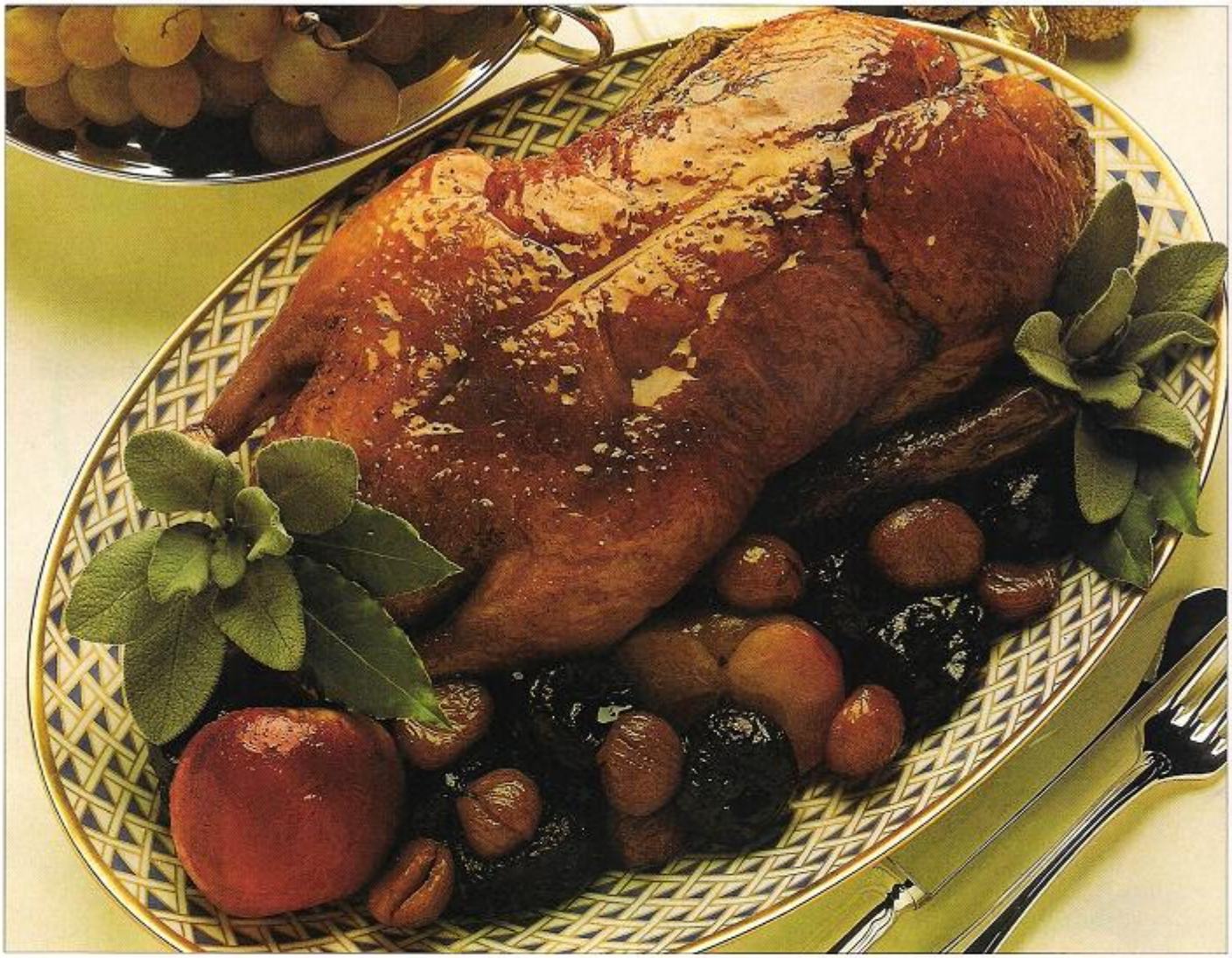
Ingredientes: *(4 personas)*
4 lomos de salmón fresco
200 ml (1 vaso) de zumo de naranja
100 ml (1/2 vaso) de caldo de pescado
1 bote de nata La Lechera
2 cebollas
2 cucharadas de azúcar
1 cucharada de vinagre
mantequilla
aceite
sal gruesa

1 Sazonar los lomos de salmón con sal gruesa. Dorar en una sartén con un poco de aceite. Reservar.

2 Picar las cebollas nuy finas y dorarlas en un poco de mantequilla, a fuego muy suave. Verter el zumo de naranja, el vinagre, el azúcar y el caldo de pescado. Cocer unos 5 minutos, a fuego lento y rectificar de sal.

3 Agregar a la salsa la nata y los lomos de salmón. Cocer, siempre a fuego suave, unos 5 minutos más.

PATO RELLENO DE FRUTA



Ingredientes: *(6 personas)*

1 pato de 1 1/2 kg aproximadamente
200 g miga de pan
1 cebolla pequeña picada
1 rama de apio picado
la ralladura y zumo de 1/2 limón
6 ciruelas pasas troceadas
6 ciruelas pasas enteras
1 vaso de vino tinto
400 g de castañas hervidas
2 manzanas rojas
250 g de jamón cocido en lonchas
40 g de harina
1 cucharadita de tomillo, salvia y orégano picados
sal y pimienta

1 Limpiar el pato y cocer los menudillos en agua, durante 1 hora. Filtrar el caldo y reservar el hígado.

2 En una cazuela poner la miga de pan, la cebolla, el apio, las ciruelas previamente ablandadas y picadas, el vino, el zumo y la ralladura de medio limón. Dejar cocer 1 minuto, picar el hígado y añadirlo a los otros ingredientes. Salpimentar y mezclar.

3 Cortar una manzana a trozos pequeños, agregarla a la cazuela con la mitad de las castañas hervidas y peladas. Rellenar el pato con esta mezcla y coser las aberturas.

4 Cubrirlo con las lonchas de jamón y condimentarlo con las especias. Cocer en el horno, a una temperatura de 180° C, durante 2 horas. Transcurrido este tiempo, retirar las lonchas de jamón, picarlas y reservarlas. Agregar el caldo y la harina al fondo de cocción y dejar cocer 2 minutos más.

5 Colocar el pato en una fuente y servirlo con el resto de la fruta, previamente cocida y glaseada en el fondo de cocción, y espolvoreado con el jamón picado.

POLLO "CATHERINE"

Ingredientes: *(4 personas)*

1 pollo
350 g de gambas
250 g de almejas
4 cigalas
3 calamares pequeños
20 mejillones
4 rebanadas de pan
150 g de champiñones
2 puerros picados
2 zanahorias
1 cebolla picada
2 dientes de ajo
vino blanco
caldo de carne
1 cucharada sopera de harina
1 miga de pan
mantequilla
aceite
brandy
1 limón
4 cucharadas de nata
perejil y tomillo
sal y pimienta en grano

1 Picar 2 dientes de ajo junto con pimienta en grano y sal. Añadir zumo de limón y untar con este majado el pollo por dentro y por fuera. En el interior del pollo, poner la miga de pan remojada con brandy.

2 Untar el pollo con aceite y dorar en el horno unos 15-20 minutos, a temperatura fuerte. Bajar el fuego y terminar la cocción regando con vino y caldo de vez en cuando.

3 Abrir los mejillones y las almejas por separado con un chorro de vino blanco. Sacar las valvas y reservar. Colar los jugos de cocción y mezclarlos.

4 Pelar las gambas, reservar las cabezas, saltearlas en aceite y mantequilla y flamearlas con brandy. Saltear los calamares, cortados en aros y los champiñones laminados y rehogar; unir a las gambas.

5 En la sartén anterior, añadir aceite y mantequilla y las cabezas de las gambas, pimienta, tomillo, perejil picado y una cucharada de harina. Agregar medio vaso de caldo de los mejillones y almejas. Cocer 25-30 minutos añadiendo caldo de carne.

6 En la salsa preparada, cocer las cigalas y reservar. Triturar la salsa y pasarla por el chino. Añadir una parte de las gambas salteadas y volver a triturar. Poner al fuego y agregar la nata líquida. Mezclar unas cucharadas de salsa con las almejas, mejillones, champiñones, calamares y las gambas.

7 Untar las rebanadas de pan con mantequilla, dorarlas en el horno y repartir el marisco sobre ellas. Servir el pollo entero rodeado de las cigalas y las rebanadas de pan con el marisco. Acompañar con la salsa en salsera aparte.

PATO CON MANZANAS

Ingredientes: *(8 personas)*

1 pato de unos 3 kg
4 escalonias picadas
700 g manzanas ralladas
ralladura y zumo de 1 limón
1 cebolla picada
150 g miga de pan
6 cucharaditas de tomillo fresco picado
1/2 cucharadita de sal
1/2 cucharadita de pimienta negra molida
120 g de gajos de nuez picados
4 cucharadas de licor dulce
50 g de mantequilla fundida

1 Limpiar, lavar y secar el pato. Derretir 50 g de mantequilla y, antes de que haya tomado color, añadir las escalonias, las manzanas, la ralladura y el zumo de limón. Mezclar unos instantes y agregar la cebolla.

2 Cocer a fuego moderado, mezclando de vez en cuando, hasta que la cebolla y la manzana estén blandas. Retirar la cazuela del fuego y reservarla.

3 En un recipiente poner la miga de pan, el tomillo, sal, las nueces y mezclar. Agregar este preparado a los ingredientes de la cazuela junto con los huevos. Amalgamarlo con una cuchara de madera.

4 Rellenar el pato con este preparado, coser las aberturas, atarlo y ponerlo en una fuente para horno. Salpimentar la superficie, rociar con la mantequilla fundida y el licor. Cocer en el horno a 180° C durante unas 2 horas. Servir con unas rodajas de manzana fritas.

POLLO "CATHERINE"

Ingredientes: *(4 personas)*
1 pollo
350 g de gambas
250 g de almejas
4 cigalas
3 calamares pequeños
20 mejillones
4 rebanadas de pan
150 g de champiñones
2 puerros picados
2 zanahorias
1 cebolla picada
2 dientes de ajo
vino blanco
caldo de carne
1 cucharada sopera de harina
1 miga de pan
mantequilla
aceite
brandy
1 limón
4 cucharadas de nata
perejil y tomillo
sal y pimienta en grano

1 Picar 2 dientes de ajo junto con pimienta en grano y sal. Añadir zumo de limón y untar con este majado el pollo por dentro y por fuera. En el interior del pollo, poner la miga de pan remojada con brandy.

2 Untar el pollo con aceite y dorar en el horno unos 15-20 minutos, a temperatura fuerte. Bajar el fuego y terminar la cocción regando con vino y caldo de vez en cuando.

3 Abrir los mejillones y las almejas por separado con un chorro de vino blanco. Sacar las valvas y reservar. Colar los jugos de cocción y mezclarlos.

4 Pelar las gambas, reservar las cabezas, saltearlas en aceite y mantequilla y flamearlas con brandy. Saltear los calamares, cortados en aros y los champiñones laminados y rehogar; unir a las gambas.

5 En la sartén anterior, añadir aceite y mantequilla y las cabezas de las gambas, pimienta, tomillo, perejil picado y una cucharada de harina. Agregar medio vaso de caldo de los mejillones y almejas. Cocer 25-30 minutos añadiendo caldo de carne.

6 En la salsa preparada, cocer las cigalas y reservar. Triturar la salsa y pasarla por el chino. Añadir una parte de las gambas salteadas y volver a triturar. Poner al fuego y agregar la nata líquida. Mezclar unas cucharadas de salsa con las almejas, mejillones, champiñones, calamares y las gambas.

7 Untar las rebanadas de pan con mantequilla, dorarlas en el horno y repartir el marisco sobre ellas. Servir el pollo entero rodeado de las cigalas y las rebanadas de pan con el marisco. Acompañar con la salsa en salsera aparte.

CORONA DE CORDERO A LA JARDINERA

Ingredientes: *(6 personas)*
2 costillares de cordero (2 kg aprox.)
250 ml de vino blanco seco
250 ml de fondo de carne
2 dientes de ajo
romero fresco
aceite de oliva
mantequilla
sal y pimienta

Para la jardinera:
500 g de zanahorias
500 g de guisantes
300 g de nabos
100 g de mantequilla

1 Cocer, por separado, los guisantes, las zanahorias y los nabos en agua salada, hirviendo. Escurrir y reservar al calor.

2 Con un cuchillo afilado, pulir los costillares y cortar las puntas de las costillas. Frotarlos con los dientes de ajo partidos por la mitad. Sazonar con sal, sólo la parte grasa, espolvorear con pimienta y romero muy picado.

3 Colocar, en forma de corona, sobre una fuente resistente al calor engrasada con mantequilla y asar en el horno, durante 35-45 minutos. Retirar, poner sobre una fuente de servir y mantener al calor.

4 Agregar el vino y el fondo de carne a los jugos de la cocción, llevar a ebullición y cocer a fuego fuerte durante 2 minutos. Colar y poner en una salsera.

5 Disponer las verduras en la misma cazuela, añadir la mantequilla, por partes y, rehogar a fuego suave hasta que la mantequilla esté cremosa.

6 Decorar las puntas de las costillas con papel rizado, rodear la corona y rellenar el centro con la jardinera de legumbres.

Postres

Además de los clásicos turrones y dulces tradicionales, un postre inédito pondrá el broche de oro a un menú de fiesta.

SEMI-FRÍO AL TURRÓN

Ingredientes: *(8 personas)*

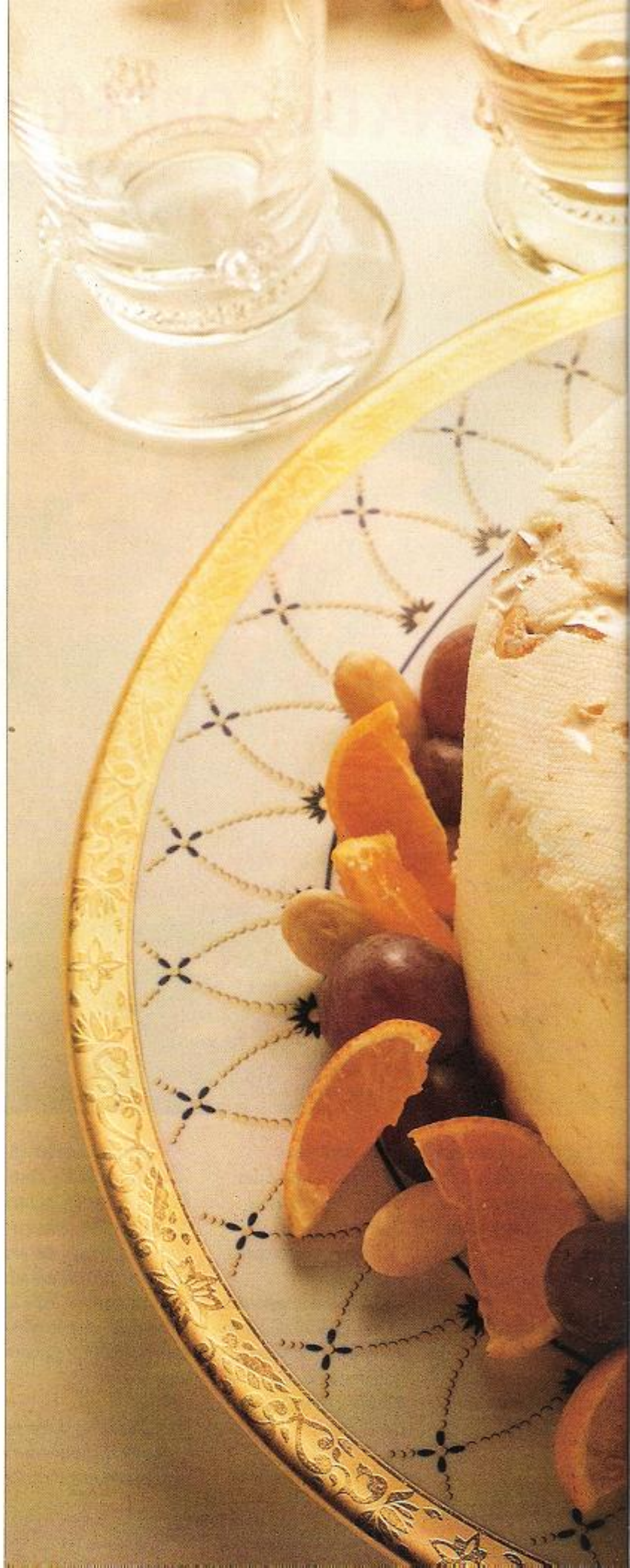
- 5 yemas de huevo
- 2 cucharadas de cava seco
- 130 g de azúcar
- 3/4 litro de nata líquida
- 1/4 litro de leche
- 220 g de almendras peladas
- 200 g de turrón de almendras
- 6 mandarinas
- 1 racimo de uva negra

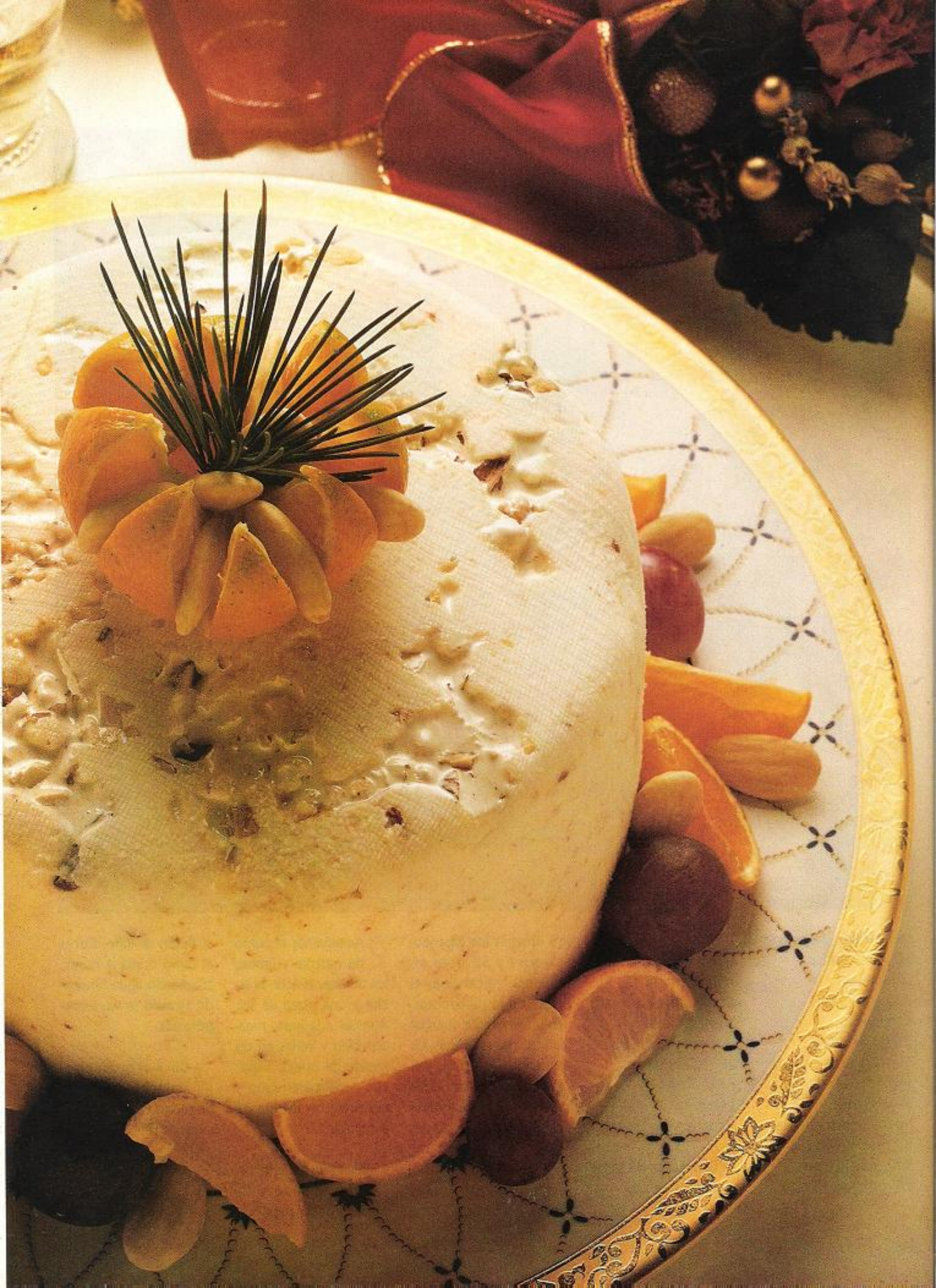
1 Picar 130 g de almendras y ponerlas en infusión en la leche caliente. Dejar reposar durante 3 horas. Picar fino el turrón.

2 Preparar el zabaione (licor de huevo) con una yema de huevo, una cucharada de azúcar y el cava. Cocer al baño maría hasta que quede bien espumoso e inflado. Montar la nata e incorporarle el zabaione frío y el turrón. Verter esta mezcla en un molde forrado con una lámina transparente y poner en el congelador durante una noche.

3 Filtrar la leche, montar 4 yemas con el resto del azúcar, diluir con la leche y poner al fuego, al baño maría. Dejar cocer hasta que la crema cubra la cuchara al sacarla.

4 Desmoldar el semifrío en una fuente y adornarlo con gajos de mandarina, granos de uva y almendra fileteada. Acompañar con la salsa preparada.





BUDÍN DE NAVIDAD

Ingredientes: *(6-8 persona):*

50 g de cerezas confitadas
230 g de pasas de Corinto
250 g de pasas
50 g de albaricoques secos
50 g de piel de naranja confitada
80 g de almendras
100 g de azúcar
70 g de pan rallado integral
200 g de mantequilla
1 cucharadita de especias (nuez moscada, canela y clavo)
el zumo y la ralladura de 1/2 naranja y 1/2 limón
2 huevos
3 cucharadas de licor seco
2 cucharadas de leche
una pizca de sal

1 Trocear los albaricoques y 50 g de almendras. Picar finas el resto de las almendras. En un recipiente, mezclar la fruta, las ralladuras, las almendras, el azúcar y el pan rallado. Incorporar la mantequilla ablandada con los dedos y después las especias.

2 Amalgamar el zumo de naranja y limón, los huevos, el licor, la leche y una pizca de sal. Agregar a la fruta, mezclar bien y verter en un molde de budín. Tapar con papel para horno y después con lámina de aluminio.

3 Atar fuerte con un hilo dejando suficiente espacio para que el budín se infle. Cocer al baño maría 4 horas, añadiendo agua hirviendo cuando se vaya evaporando.

4 Servir el budín tibio. Flamearlo después de rociarlo con 3 cucharadas de licor.

ROSCÓN DE REYES

Ingredientes: *(4 personas)*
1 pastilla levadura de cerveza
1/5 litro de leche
30 g de mantequilla
150 g de azúcar
ralladura de 1 limón
2 huevos
400 g de harina
100 g de fruta confitada mezclada cortada en trozos
100 g de almendras picadas
una pizca de sal

1 Desleír la levadura y una cucharadita de azúcar en 1/2 taza de agua caliente y dejar reposar 10 minutos. Calentar la leche y verterla en un recipiente hondo, agregar la mantequilla, el azúcar, la sal y la ralladura de limón.

2 Batir los huevos y agregar a la leche y al agua con la levadura, verter la harina poco a poco y mezclar hasta obtener una masa compacta.

3 Poner la masa en un bol engrasado, tapar y dejar fermentar en un lugar caliente unas 2 horas hasta que haya doblado su volumen.

4 Añadir la fruta confitada y las almendras a la pasta; formar un rosco grande y colocar en una bandeja para horno engrasada. Cubrirlo con un paño y dejar fermentar 1 hora. Cocer en el horno a una temperatura de 220° C durante 1 hora.

5 Cinco minutos antes de sacar el dulce del horno, verter sobre el rosco 2 cucharadas de leche caliente azucarada.

En algunas regiones es costumbre poner un pequeño obsequio entre la masa; quien lo encuentra es el rey de la fiesta.

GALLETAS NAVIDEÑAS

Ingredientes:

- 175 g de harina
- 175 g de harina de maíz
- 100 g de almendra molida
- 250 g de mantequilla
- 100 g de azúcar
- 1 huevo
- 1 bote de nata
- La Lechera

1 Pasar ambos tipos de harina por un tamiz y mezclar con la almendra molida, la mantequilla en trocitos y el azúcar; añadir el huevo batido y la nata y amasarlo ligeramente.

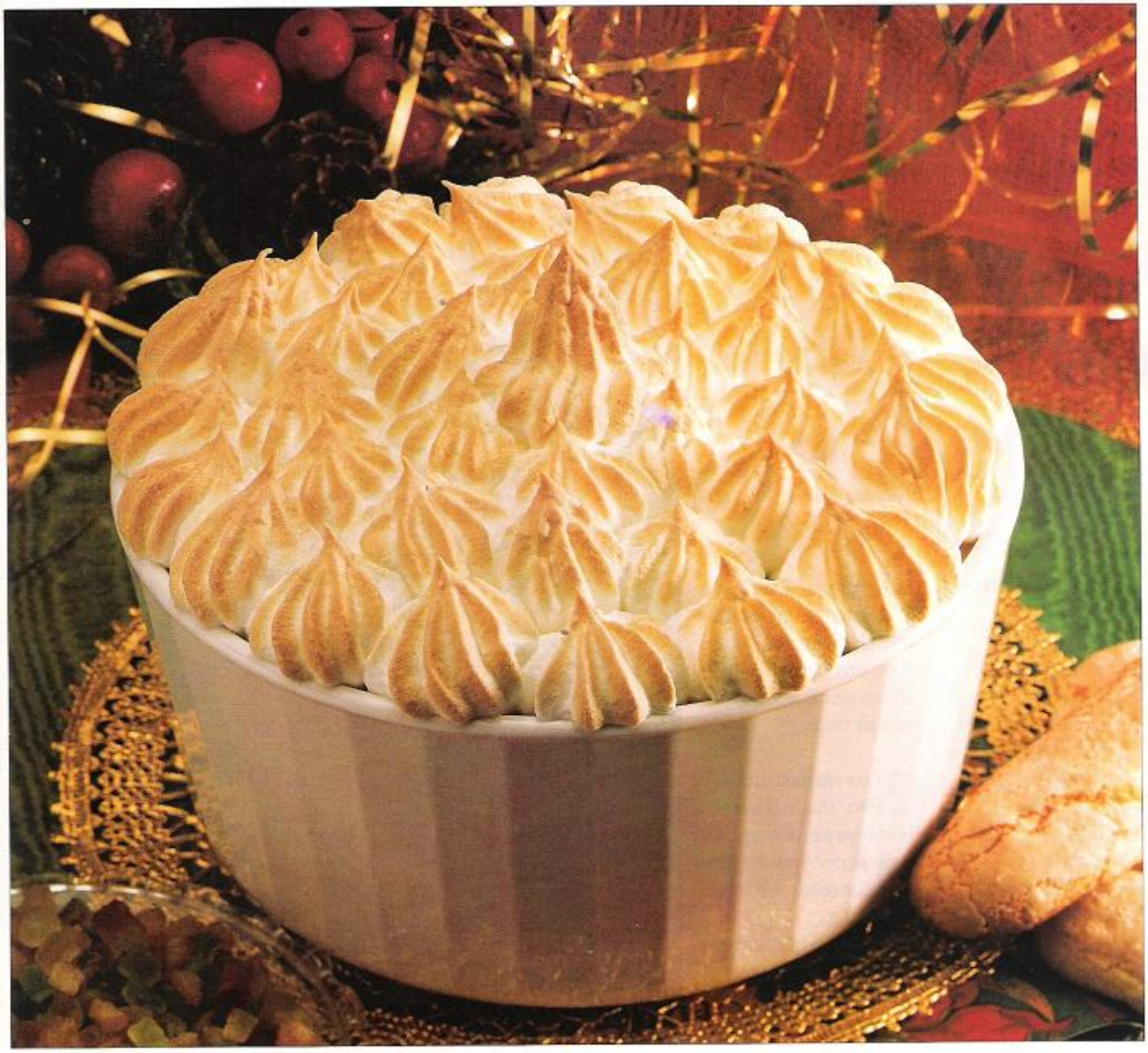
2 Colocar la pasta sobre el mármol enharinado y estirarla con el rodillo hasta que quede de un centímetro de grosor; con un cortapastas o cuchillo formar las galletas dándoles distintas formas: estrellas, muñecos, árboles de Navidad, etc... (si se quieren utilizar para colgar en el árbol de Navidad, antes de cocerlas practicar un agujero, con la punta de un cuchillo, en uno de los extremos para poder pasar un hilo).

3 Colocar las galletas en una placa de horno y cocerlas de 10 a 15 minutos (deben dorarse ligeramente).

4 Adornarlas con virutas de colores o de chocolate. También pueden bañarse con una glasa de colores o una cobertura de chocolate.

La glasa de colores se consigue añadiendo unas gotas de esencia vegetal a una glasa blanca.

"ZUPPA" INGLESA



Ingredientes:
200 g de fruta confitada
200 g de nata montada
1 bote de leche condensada La Lechera
8 yemas de huevo
8 cucharadas de kirsch
3 cucharadas de azúcar
1 limón
bizcochos alargados
Para el merengue:
200 g de azúcar
3 claras de huevo

1 Cortar la fruta en dados y cocer durante unos minutos en 1/4 litro de agua con 3 cucharadas de azúcar, 6 cucharadas de kirsch y el zumo del limón. Escurrir y reservar el almíbar.

2 Poner la leche condensada en un cazo al fuego con 1/2 litro de agua y cucharadita de ralladura de limón, cuando rompa a hervir, verter sobre las yemas removiendo rápidamente. Volver a poner en el cazo, al baño maría, hasta que la crema espese ligeramente; dejar enfriar.

3 Agregar la nata montada, la fruta confitada y el resto del kirsch. Verter en una fuente refractaria, alternándola con capas de bizcochos bañados en el almíbar reservado. Dejar en el frigorífico unas 4-5 horas como mínimo.

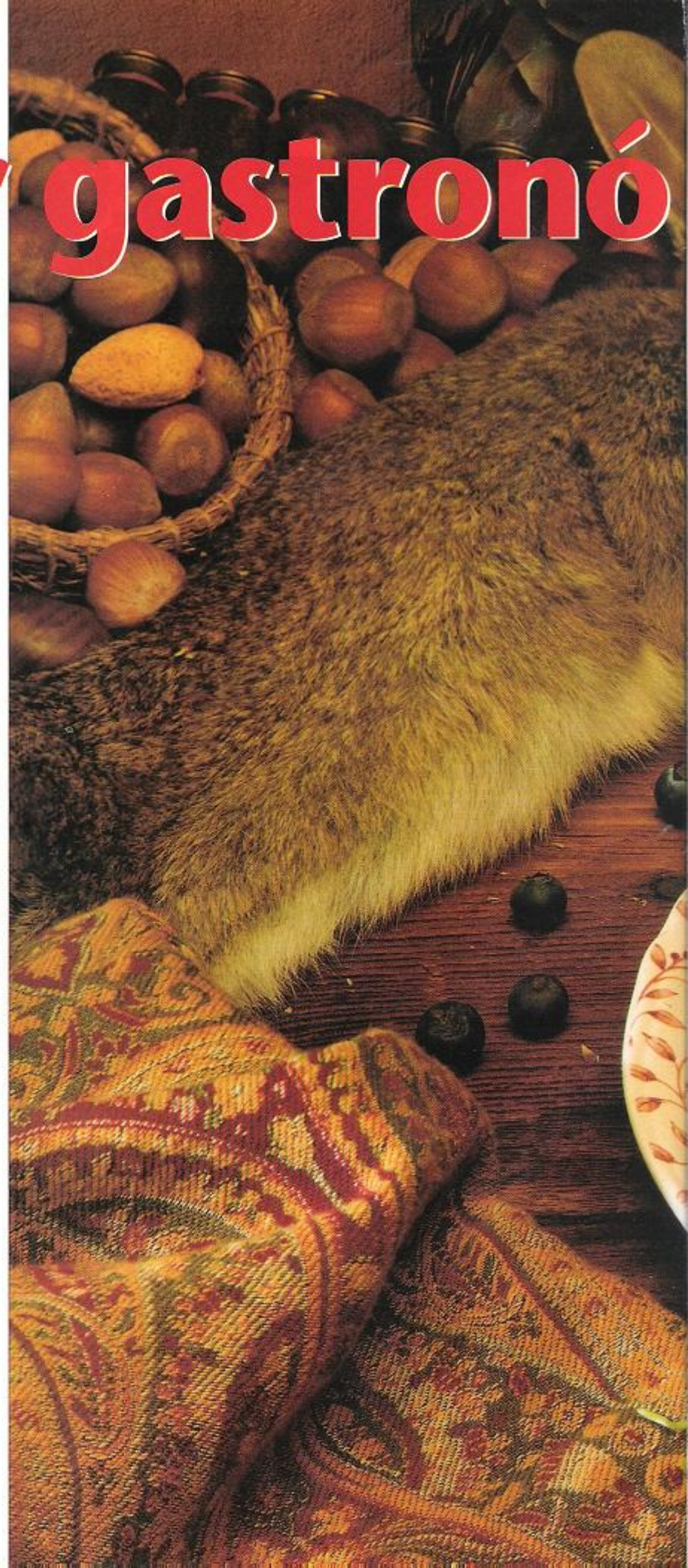
4 Poner el azúcar en un cazo con 100 ml de agua y dejar cocer hasta obtener un almíbar un poco espeso.

5 Batir las claras a punto de nieve muy fuerte y verter el almíbar, poco a poco y sin dejar de batir. Poner el merengue en una manga pastelera y decorar la "zuppa". Gratinar a horno fuerte unos momentos.

CAZA

Placer gastronó

No siempre es posible encontrarla en el mercado aunque, en la actualidad, existen especies que viven en semi libertad.



LIEBRE CON CEBOLLITAS

Ingredientes: *(6 personas)*

1 liebre de 2 kg
1 kg de cebollas pequeñas peladas
2 cucharadas de manteca de cerdo
2 copas de vino rancio
3 dientes de ajo
1 litro de caldo de carne
1 hoja de laurel
1 rama de romero
1 cucharada de harina
20 g de almendras
sal y pimienta

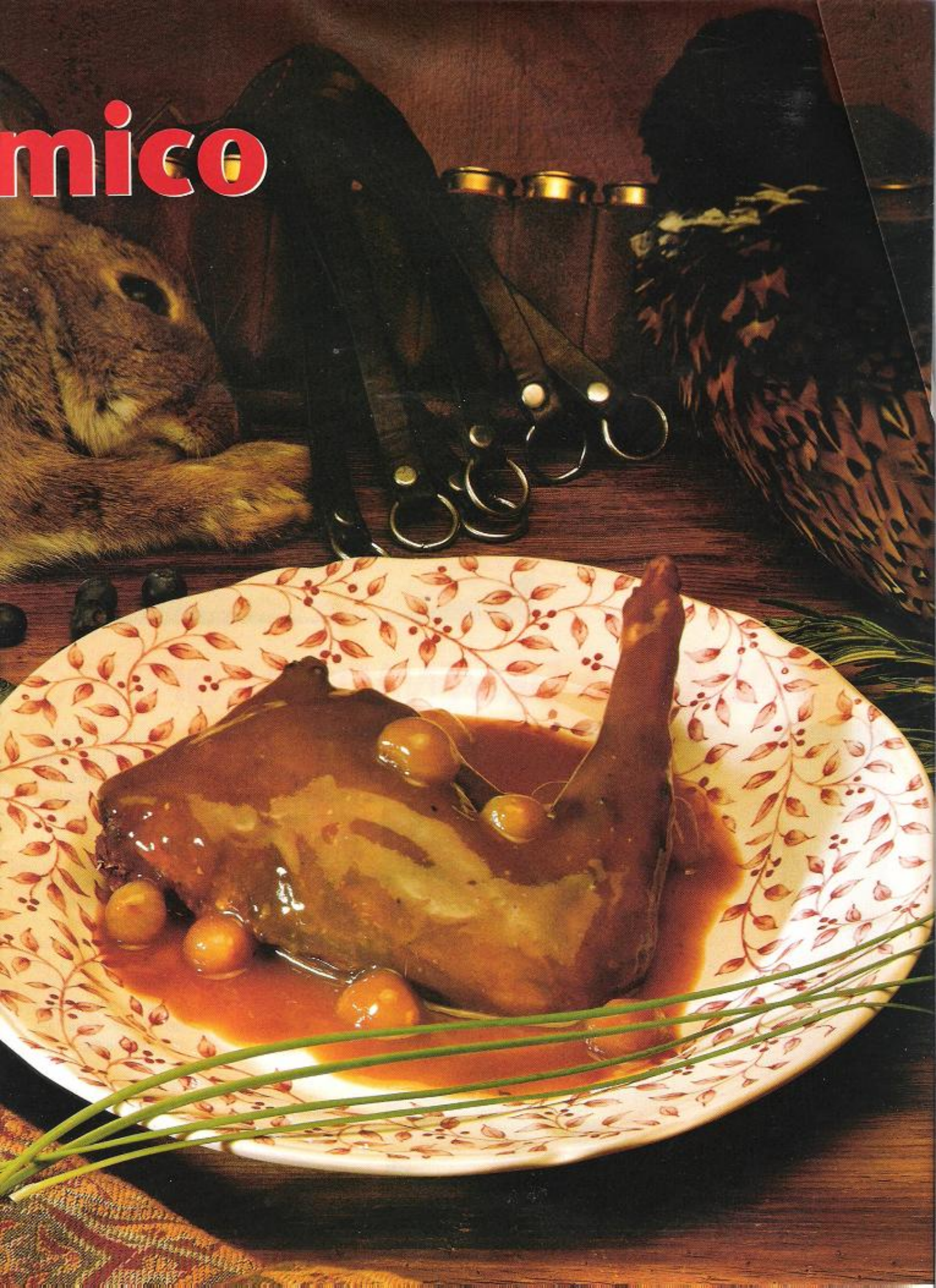
1 Limpiar y cortar la liebre a trocitos. Salpimentar los trozos y sofreír en una cazuela junto con las cebollitas y la manteca de cerdo.

2 Cuando todo esté sofrito, añadir el laurel, el romero y el vino rancio. Dejar durante un minuto para que reduzca el vino.

3 Añadir la harina y remover bien durante un minuto. Verter el caldo, poco a poco y sin dejar de remover. Cuando empiece a hervir, bajar el fuego. Dejar cocer, 1 hora o hasta que esté tierno.

4 Freír en una sartén los ajos pelados y las almendras. Colocar en un mortero los ajos y las almendras y machacar hasta conseguir una picada fina. Verter en la cazuela y dejar cocer 10 minutos más. Servir caliente.

Recetas y estilismo: Rosa y Mercè
Fotógrafo: Rafael Jover
Atrezzo: Taymó


mico

PERDICES A LA CAZUELA CON JAMÓN

Ingredientes: *(4 personas)*
4 perdices pequeñitas
200 g de jamón del país
5 hojas de col
1/2 litro de caldo de gallina
1 vaso de vino blanco
menta
orégano
aceite
sal y pimienta

1 Limpiar bien las perdices. Rellenarlas con el jamón y atar las patitas para que no pierdan la forma. Salpimentar, rociarlas con aceite y colocarlas en una cazuela al fuego.

2 Tapar la cazuela e ir dando la vuelta a las perdices para que se doren. Rociar con el vino y dejar reducir durante unos minutos.

3 Añadir un poco de menta y orégano. Cubrir las perdices con las hojas de col e inmediatamente regar con el caldo.

4 Tapar la cazuela y dejar cocer a fuego lento unos 45 minutos o hasta que las perdices estén tiernas.

MEDALLONES DE VENADO AL OPORTO

Ingredientes: *(4 personas)*
4 filetes de venado
1 copita de oporto
1 ramita de romero
1 escalonia picada
250 ml de crema de leche
aceite
sal y pimienta

1 En una sartén, saltear los filetes de venado con un poco de aceite; han de quedar crudos por dentro. Retirar de la sartén y reservar.

2 En la misma sartén, sofreír la escalonia y una vez sofrita, verter el oporto y dejar reducir durante un minuto. Incorporar el romero y la crema de leche. Dejar a fuego medio 45 minutos más. Salpimentar.

3 Volver a incorporar los filetes a la sartén, calentar todo junto durante unos segundos y servir inmediatamente.

FAISÁN CON CASTAÑAS

Ingredientes: *(6 personas)*

1 faisán limpio
2 cebollas
3 tomates maduros
2 cucharadas de manteca de cerdo
1 rama de tomillo
1 rama de canela
la piel de 1 limón
300 g de castañas peladas
1 copa de vino rancio
1 diente de ajo pelado
25 g de almendras tostadas
sal y pimienta

1 Limpiar y cortar el faisán en 8 trozos. Salpimentar y colocar en una cazuela junto con la manteca de cerdo.

2 Lavar y cortar los tomates a gajos. Pelar y cortar las cebollas en juliana. Cubrir el faisán con los tomates, las cebollas, el tomillo, la canela y la piel del limón. Cocer a fuego medio durante 10 minutos, removiendo de vez en cuando.

3 En un mortero picar el ajo, las almendras peladas y un poco de sal. Añadir el vino rancio y verter todo sobre el faisán. Dejar cocer unos 15 minutos más.

4 Retirar el faisán, la piel del limón, la canela y el tomillo. Reservar. Triturar la salsa con la batidora eléctrica. (Si quedara muy espesa añadir 1 vaso de agua).

5 Colocar al fuego la salsa, las castañas y el faisán. Dejar cocer durante 15 minutos a fuego muy suave. Rectificar de sal y servir.

TERRINA DE HÍGADO DE OCA TRUFADO

Ingredientes:

1.400 g de hígado de oca fresco
1 trufa confitada en brandy
1 copita de armagnac
1 litro de leche
sal y pimienta blanca

1 Colocar el hígado en un recipiente y cubrirlo con la leche.

2 Sacar el hígado con mucho cuidado. Abrir y limpiar de grasa, venas y filamentos. Esta operación es importante hacerla laboriosamente, aunque para ello se tenga que romper un poco el hígado.

3 Secar el hígado con un paño. Sazonar con sal y pimienta blanca. Rallar la trufa encima de él y perfumar todo con el armagnac. Dejar en el frigorífico durante 3 horas.

4 Una vez transcurrido el tiempo, colocar el hígado en un molde tipo plum-cake presionando, al colocarlo, para no dejar espacios vacíos. Tapar con papel de aluminio y cocer en el horno a 80° C al baño maría durante 50 minutos.

5 Retirar del horno. Colocar por encima unos pesos de 500 g y dejar enfriar. Una vez frío, dejar en el frigorífico unas 24 horas. Desmoldar y servir cortado en lonchas. Acompañar con pan tostado.

PATO CON CIRUELAS Y SETAS

Ingredientes: *(4 personas)*

- 1 pato de unos 2 kg
- 500 g de setas
- 200 g de ciruelas secas
- 2 cebollas
- 2 dientes de ajo
- 1 tomate rojo
- 1 vaso de vino rosado
- 1 hoja de laurel
- 1 rama de apio
- 1 rama de romero
- 1 litro de agua
- aceite
- sal y pimienta

1 Limpiar bien el pato y cortarlo a cuartos o a octavos. Salpimentar y reservar.

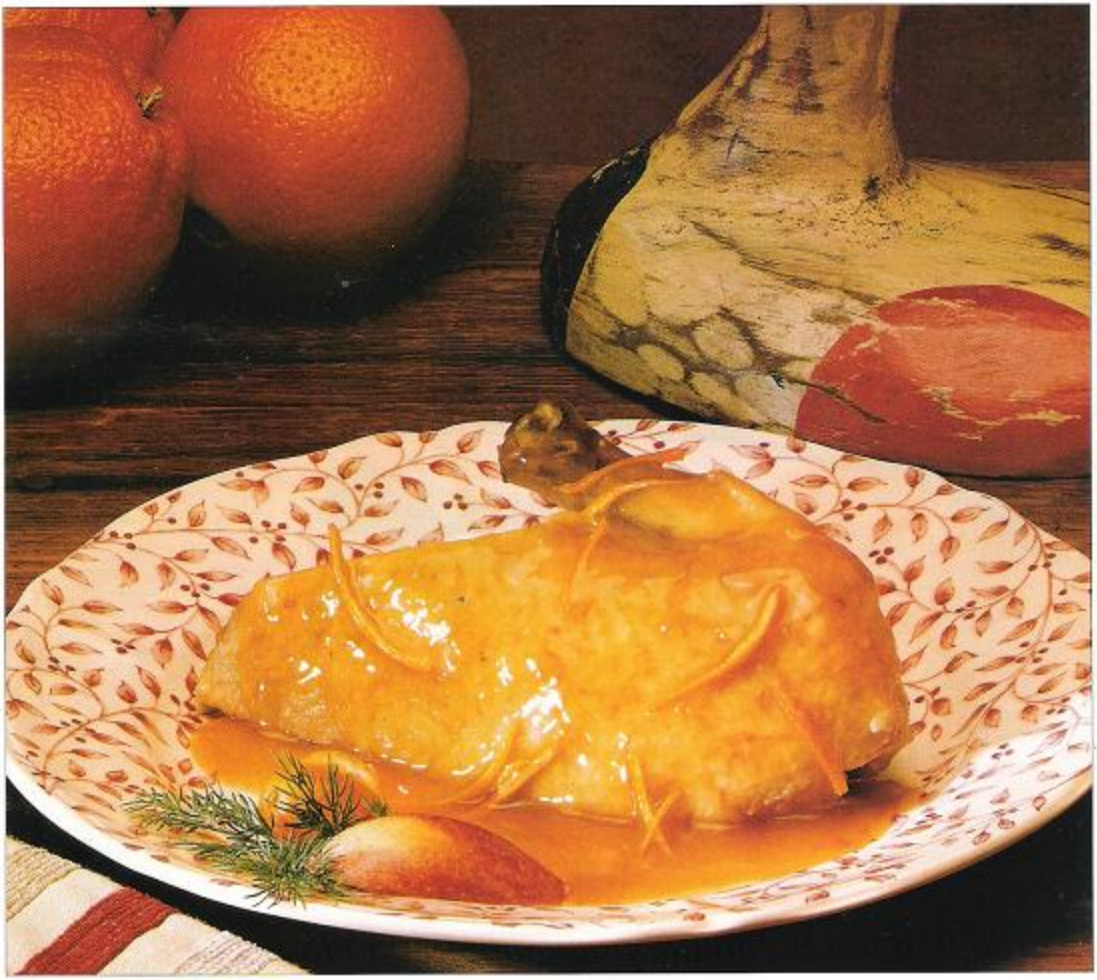
2 Pelar y cortar las cebollas y el ajo en juliana no muy fina. Limpiar y cortar el tomate a gajos. Reservar.

3 Colocar una cazuela al fuego con un poco de aceite. Incorporar el pato, el tomate, la cebolla y el ajo. Una vez sofrito, rociar con el vino rosado y dejar reducir unos minutos.

4 Verter el agua y añadir el apio, el laurel, el romero y la sal. Dejar cocer a fuego muy suave durante una hora o hasta que la carne empiece a estar tierna.

5 Triturar la salsa, desechando el laurel, el apio y el romero. Verterla sobre la carne y agregar a la cazuela las setas y las ciruelas. Cocer, a fuego lento durante unos 15 minutos más y servir.

PATO A LA NARANJA CON MANZANA



Ingredientes: *(4 personas)*

1 pato de unos 1,2 kg
4 naranjas
1 manzana
3 zanahorias medianas
3 cebollas medianas
1 litro de caldo de ave
1 rama de canela
1 copita de cointreau
aceite
sal y pimienta

1 Limpiar bien el pato. Salpimentarlo y dorarlo en una cazuela con aceite. Retirar de la cazuela y reservar.

2 Pelar y cortar las zanahorias y las cebollas a láminas finas. Añadir las verduras a la cazuela y brasearlas. Volver a incorporar el pato a la cazuela, verter el cointreau y dejar reducir unos minutos. Añadir el caldo y dejar cocer a fuego medio durante 1 hora. Pinchar la carne, de vez en cuando, para desgrasarla.

3 Pelar y sacar el corazón de la manzana. Cortar a gajos y reservar. Pelar una naranja y cortar la piel a tiras finas. Exprimir las naranjas y colar el zumo. Verter encima de la manzana troceada.

4 Cuando el pato lleve una hora de cocción, agregar la manzana con el zumo y la canela. Dejar cocer 30 minutos más o hasta que la carne esté tierna.

5 Sacar el pato y la canela de la cazuela. Reservar. Triturar toda la salsa hasta que quede fina. Añadir la piel de la naranja y el pato troceado. Poner todo, a fuego medio, unos 15 minutos más, removiendo para que no se pegue. Servir caliente.

VENADO CON ARÁNDANOS

Ingredientes: *(4 personas)*

500 g de venado
2 ramas de apio picadas
2 zanahorias picadas
1 nabo picado
1 cebolla picada
4 granos de pimienta
1 hoja de laurel
1/2 vaso de vino tinto
100 g de arándanos
2 cucharadas de azúcar
40 g de mantequilla
1/2 litro de agua
sal

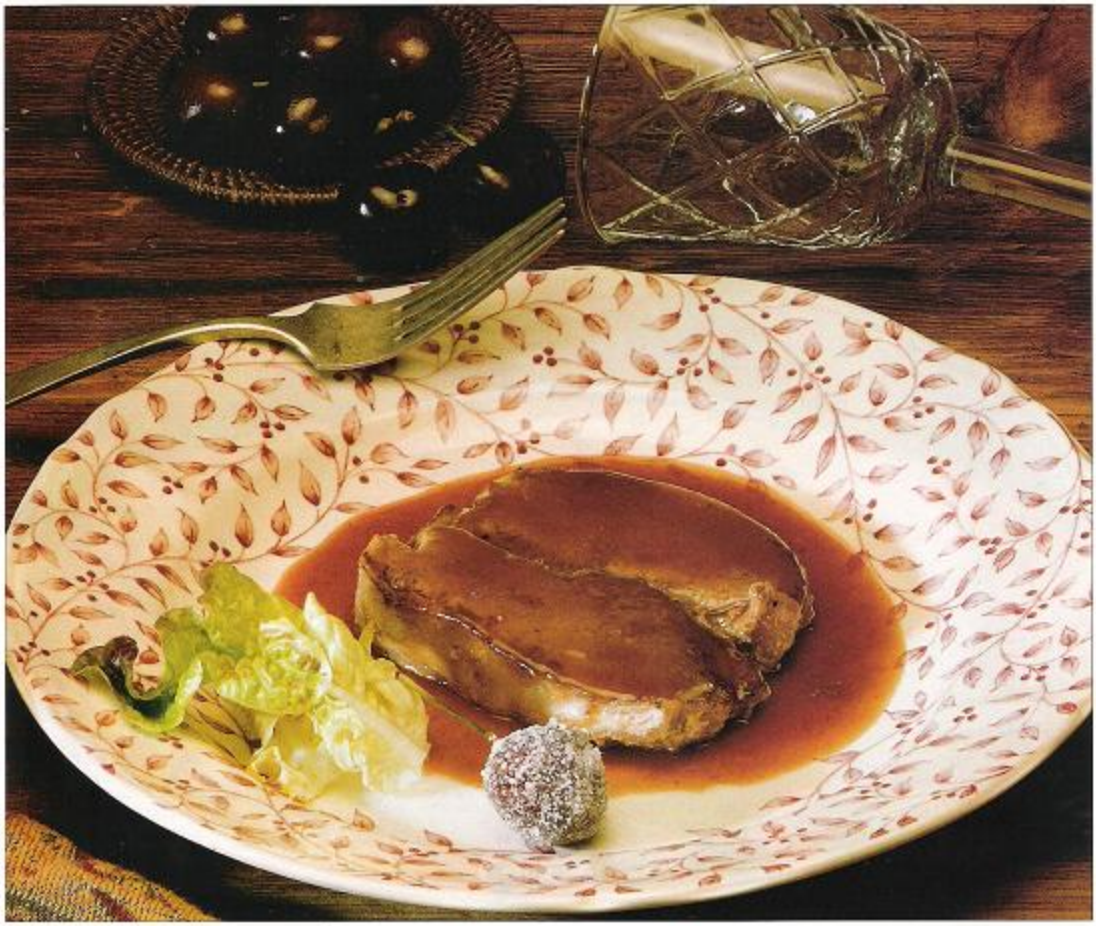
1 En una cazuela grande, colocar el venado, el apio, la zanahoria, el nabo, la cebolla y la mantequilla. Dorar todo a fuego muy lento, durante unos 15 minutos.

2 Añadir el agua, los granos de pimienta y el laurel. Sazonar ligeramente con sal y dejar cocer a fuego lento durante 1 hora y 15 minutos. Retirar el venado de la cazuela y reservar. Retirar el laurel y los granos de pimienta.

3 Pasar por la batidora eléctrica la salsa. Agregar los arándanos, el vino y el azúcar. Dejar cocer unos 15 minutos más.

4 Añadir a la salsa el venado. Calentar todo junto y rectificar de sal si fuese necesario. Servir.

FILETE DE JABALÍ ASADO CON CEREZAS



Ingredientes: *(6-8 personas)*
1 kg filete de jabalí
Para la marinada:
zumo de 2 limones
1 rama de romero
1 rama de tomillo
1 hoja de laurel
1 cebolla, pelada y cortada a rodajas
1 zanahoria, pelada y cortada a rodajas
4 clavos
1 cucharadita de pimienta en grano
4 dientes de ajos machacados
aceite
sal
Para la salsa de cerezas:
500 g cerezas
1 rama de canela
ralladura de la piel de 1 limón
1/2 vaso de agua
1 vaso de vino tinto
1 panecillo pequeño
1 cucharada de azúcar

1 Colocar el filete de jabalí, previamente salpimentado, en una fuente y agregar todos los ingredientes de la marinada. Dejar en el frigorífico durante 24 horas, como mínimo. Cada 12 horas, dar la vuelta al filete.

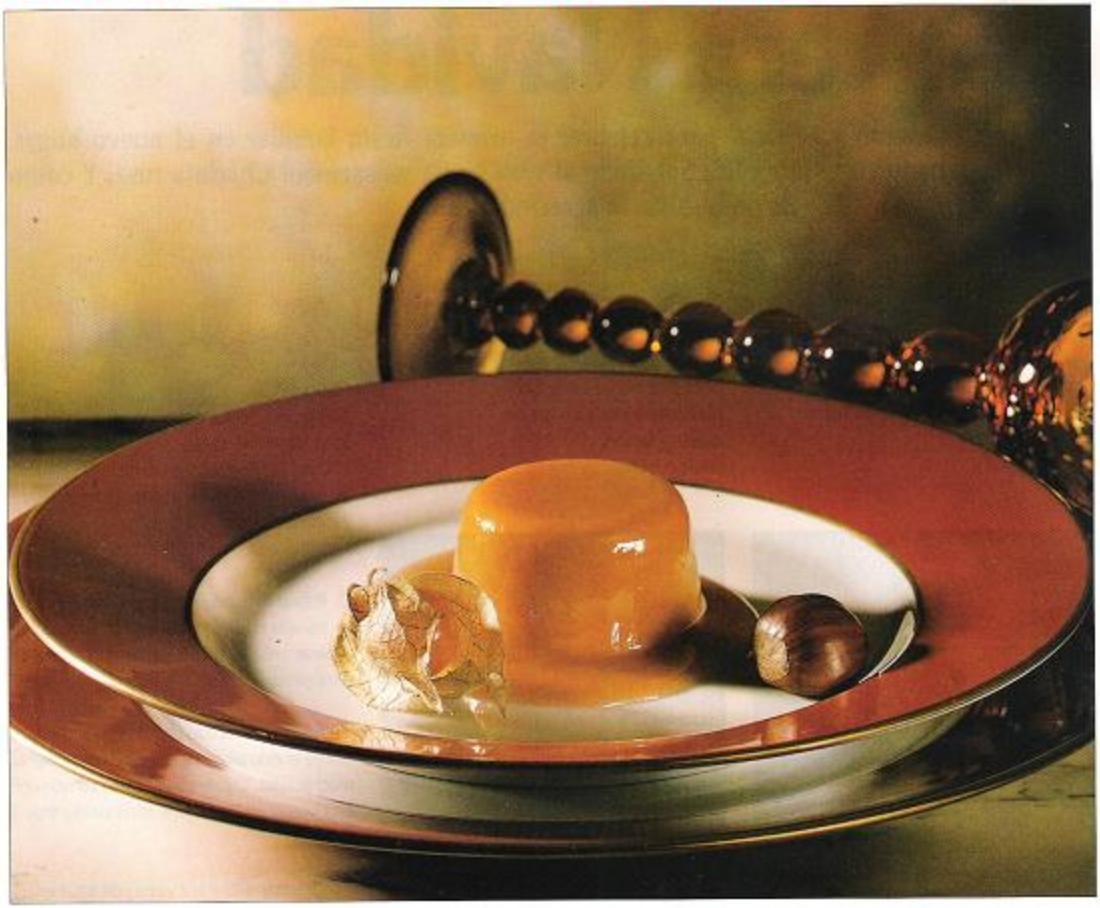
2 Transcurrido el tiempo de la marinada, hornear el filete, junto con el líquido de la marinada, durante 2 horas a 180°C. Rociar a menudo con el jugo de la marinada.

3 Para preparar la salsa: Lavar y limpiar las cerezas. Machacarlas junto con el hueso. Disponer en un cazo y añadir la canela, la ralladura de limón, el agua y el panecillo, cortado a rebanadas. Cocer a fuego lento hasta tener una mezcla homogénea.

4 Seguir cociendo, a fuego muy lento, durante 30 minutos más. Remover de vez en cuando. Pasar la salsa por un colador chino y añadirle el vino junto con el azúcar. Dejar cocer unos 20 minutos o hasta que tenga aspecto de almíbar líquido.

5 Cortar el jabalí en filetes y servirlos acompañados de la salsa de cerezas preparada.

MONT-BLANC DE CASTAÑAS



Ingredientes: *(6 personas)*
300 g de castañas peladas
1/2 litro de leche
3 huevos
1 vaina de vainilla
5 cucharadas de azúcar
mantequilla

Para la salsa:
4 cucharadas de azúcar
el zumo de una naranja
3 cucharadas de mantequilla
1 cucharadita de harina de maíz
100 ml de crema de leche

1 Colocar una cacerola al fuego con las castañas, el azúcar, la leche y la vainilla. Dejar cocer a fuego medio durante 10 minutos. Triturar y dejar enfriar.

2 Mezclar el puré con los huevos. Untar los moldes de flan con mantequilla y llenar con la mezcla. Cocer al baño maría durante 15 minutos. Dejar enfriar y reservar.

3 **Para la salsa:** Colocar un cazo al fuego con la mantequilla y el azúcar. Remover con una cuchara hasta conseguir un caramelo no muy quemado. Con mucho cuidado, añadir la crema de leche y dejar que se vaya cociendo a fuego medio.

4 Mientras, mezclar la harina de maíz con el zumo de naranja, hasta que se disuelva. Cuando la crema de leche empiece a hervir, añadir la mezcla anterior sin dejar de remover hasta que empiece a hervir de nuevo. Retirar del fuego y enfriar. Servir los flanes cubiertos de la salsa.

Se ha de cuidar mucho la cocción de la crema ya que no debe hervir: se ha de retirar del fuego en el momento en que arranque el hervor.

ESTOFADO DE CERDO CON CHIRLAS

Ingredientes: *(4 personas)*

650 g de carne magra de cerdo
650 g de chirlas
60 g de aceitunas negras
4 dientes de ajo
1 limón
100 ml de vinagre de vino
1 1/2 cucharadas de aceite de oliva
1 manojo de cilantro fresco
1 1/2 cucharadas de pimentón picante
1 hoja de laurel
1 cucharadita de sal gema
pimienta

1 Cortar la carne en dados de 2 cm de lado. Pelar los dientes de ajo, ponerlos en un mortero con la sal gema y el pimentón. Majarlo todo e incorporar el vinagre. Verter esta mezcla en un cuenco grande, añadir 2 cucharadas de cilantro picado y la hoja de laurel cortada en cuatro trozos. Agregar los dados de carne y remover. Dejar marinar durante 3 horas.

2 Calentar el aceite en una cacerola grande. Dorar la carne durante 5 minutos, removiendo a menudo. Añadir 200 ml de agua, tapar y dejar cocer a fuego lento durante 1 hora y 15 minutos, removiendo de vez en cuando.

3 Pasar las chirlas varias veces por agua y escurrir. Agregarlas a la carne cocida, tapar y dejar cocer unos 10 minutos, o hasta que las chirlas se abran. Cortar el limón en rodajas y luego en cuatro trozos. Incorporar a la cacerola junto con las aceitunas y mezclar. Dejar cocer de 2 a 3 minutos y sazonar con pimienta. Espolvorear con 2 cucharadas de cilantro picado, mezclar y servir.

CHULETAS ADOBADAS A LA PARRILLA

Ingredientes: *(4 personas)*
4 chuletas de cerdo
1 lata pequeña de maíz en grano
1 lata pequeña de piña al natural
2 cucharadas de whisky
2 cucharadas de caramelo líquido
1 cucharada de salsa de soja
1 cucharada de vinagre blanco
1/2 cucharadita de harina de maíz
40 g de mantequilla
sal y pimienta

1 Escurrir la piña, reservar el jugo, y cortarla en trozos pequeños. Escurrir también el maíz en grano. Calentar la mitad de la mantequilla en una sartén. Saltear las costillas a fuego fuerte durante 2 minutos por cada lado. Bajar el fuego al mínimo y añadir 4 cucharadas del jugo de piña y el vinagre. Sazonar con sal y pimienta. Tapar la sartén y dejar cocer a fuego lento durante 10 minutos.

2 En otra sartén, derretir la mantequilla restante a fuego lento. Agregar el caramelo, la salsa de soja, el whisky y la harina de maíz. Mezclar y sazonar con abundante sal y pimienta. Incorporar el maíz en grano y los trozos de piña, removiendo para naparlos con la salsa.

3 Disponer las chuletas en una fuente precalentada. Añadir el jugo de su cocción a la sartén junto con el maíz y la piña; mezclar y verter esta salsa sobre la carne. Servir muy caliente.

Siempre que la receta no diga lo contrario, la carne de cerdo se ha de servir muy caliente

CHULETAS DE CERDO A LA MENTA

Ingredientes: *(4 personas)*
4 chuletas de cerdo
40 g de menta seca triturada
75 g de harina
1 cucharadita de sal
pimienta de Cayena
60 g de aceite de oliva
patatas paja
tomates cherry

1 Mezclar la harina con la menta, la sal y la pimienta de Cayena. Rebozar las chuletas en esta mezcla, sacudiendo el exceso, y freírlas en el aceite a fuego moderado de 15 a 20 minutos, dorándolas bien por ambos lados.

2 Servir las chuletas recién hechas y acompañadas de patatas paja y unos tomates cherry.

Esta receta también puede hacerse con menta fresca, trinchada muy fina.

SALCHICHAS AL VINO BLANCO

Ingredientes: *(4 personas)*
800 g de salchichas de cerdo
20 cl de caldo de carne
20 cl de vino blanco
1 cucharadita de semillas de hinojo
2 cucharadas de parmesano rallado
puré de patatas

1 Pinchar las salchichas con un tenedor y ponerlas en una cacerola con el caldo, el vino, las semillas de hinojo y el parmesano.

2 Cocerlas, sin tapar, a fuego moderado durante 20 minutos aproximadamente, hasta que las salchichas estén cocidas y la salsa haya espesado. Servirlas acompañadas con puré de patatas.

Si se utiliza puré de patatas preparado, esta receta es un excelente plato rápido.

SOLOMILLO DE CERDO CON HIGOS

Ingredientes: *(4 personas)*

- 1 solomillo grande de cerdo
- 5 higos frescos
- 1 loncha de bacon ahumado
- 1 cucharada de aceite de oliva
- 4 escalonias
- 150 ml de vino blanco seco
- 200 ml de nata líquida
- 50 g de mantequilla
- 1 cucharada de alcaparras
- 4 patatas grandes
- sal y pimienta

1 Precalentar el horno a 210°C. Lavar las patatas y envolverlas en cuadrados de papel de aluminio. Pelar los higos. Retirar la piel del bacon y dorarlo en una sartén caliente sin nada de grasa, por ambos lados, hasta que esté dorado y crujiente. Abrir el solomillo a lo largo hasta la mitad. Rellenarlo con el bacon y los higos, cerrar y atar con bramante, como un asado.

2 Pelar y picar las escalonias. Colocar el solomillo en una fuente de horno, disponer la escalonia picada alrededor, sazonarlo con sal y pimienta, rociarlo con el aceite y hornearlo durante 20 minutos, al mismo tiempo que las patatas. Rociar de vez en cuando el solomillo con el jugo de cocción.

3 Mezclar las alcaparras con la mantequilla, chafándolas con el tenedor en un cuenco. Al cabo de 20 minutos de cocción, retirar el solomillo del horno, rociarlo de nuevo y verter el vino blanco sobre la escalonia. Hornearlo durante 15 minutos más.

4 Retirar el solomillo del horno, pasarlo a una fuente de servir y mantenerlo caliente cubierto con papel de aluminio. Verter el jugo de cocción y el aderezo en un cazo.

5 Cocer durante 5 minutos, añadir la nata líquida y llevar a ebullición, batiendo la mezcla. Sazonar con sal y pimienta y napar el solomillo con esta salsa. Retirar las patatas del horno, cortarlas por la mitad y cubrirlas con una cucharada de mantequilla de alcaparras. Servir de inmediato.

SOLOMILLOS DE CERDO RELLENOS

Ingredientes: *(4 personas)*

2 solomillos de cerdo
2 lonchas grandes de jamón cocido
90 g de queso Cheddar
8 hojas de salvia
2 cebollas grandes
150 ml de oporto
4 lonchas de panceta salada
sal y pimienta

1 Practicar dos incisiones a lo largo en los solomillos de cerdo para abrirlos en forma de libro. Cortar el jamón y el queso en bastoncitos de 1 cm de largo. Cortar las hojas de salvia y blanquearlas durante 1 minuto. Picar las cebollas.

2 Rellenar las incisiones de la carne con una fila de bastoncitos de jamón y queso (sobrará un poco de queso). Disponer las hojas de salvia a lo largo de las incisiones. Atar cada solomillo a intervalos de 4 cm.

3 Esparcir la cebolla picada en el fondo de una fuente alargada y estrecha. Verter el oporto, disponer los solomillos encima y cubrirlos con las lonchas de panceta para que se empapen de grasa durante la cocción.

4 Cocerlos durante 40 minutos en el horno precalentado a 190°C. Picar el queso restante, espolvorearlo sobre los solomillos y hornearlos durante 5 minutos más.

5 Retirar el cordel antes de servir. Cortar los solomillos rellenos en la mesa, a lo ancho y en diagonal.

TERRINA DE CERDO CON PIMIENTOS

Ingredientes: *(6 personas)*

- 1,2 kg de carne picada de cerdo
- 400 g de pimientos rojos en conserva
- 4 dientes de ajo
- 3 cebollas
- 1 escalonia
- 4 rebanadas de pan
- 100 ml de nata líquida
- 3 huevos
- 3 ramitas de albahaca
- ramitas de hinojo
- sal y pimienta

1 Pelar los dientes de ajo, las cebollas y la escalonia. Poner en un plato las rebanadas de pan sin la corteza y cortadas en trozos. Rociarlas con la nata líquida y un poco de agua. Escurrir los pimientos sobre papel de cocina. Precalentar el horno a 180°C.

2 Poner la carne picada de cerdo en un robot de cocina con los dientes de ajo, las cebollas, la escalonia, la miga de pan, los huevos, la albahaca, el hinojo, sal y pimienta. Triturar hasta que la mezcla sea homogénea y fina.

3 Formar una capa de la mezcla en el fondo de un molde alargado engrasado; disponer encima una capa de tiras de pimiento y formar capas sucesivas hasta acabar los ingredientes, terminando con una capa de mezcla de carne.

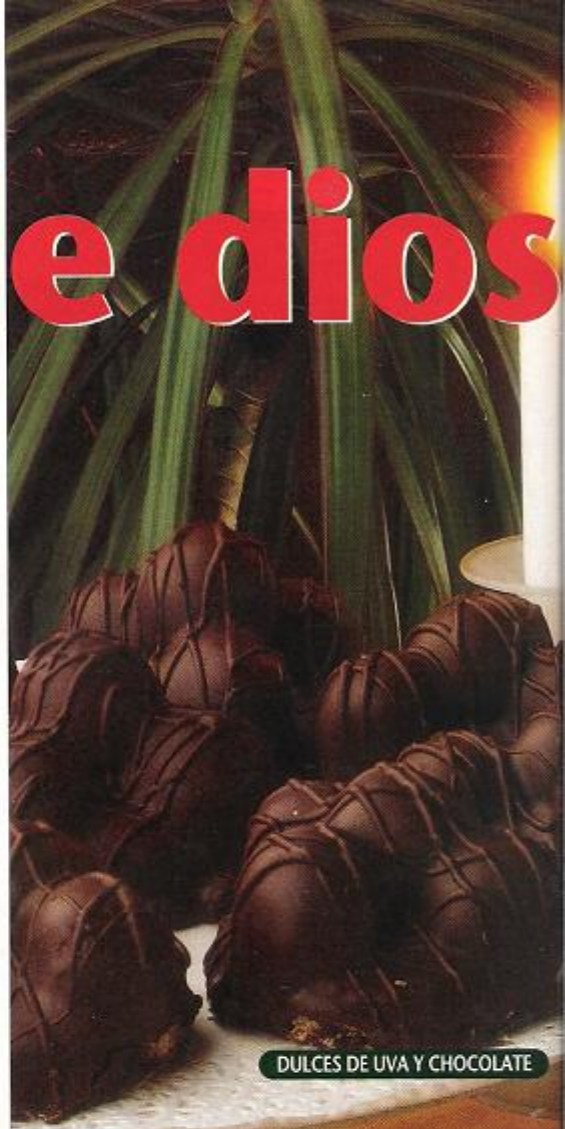
4 Cubrir el molde con papel parafinado, haciendo algunos cortes en el papel, y hornear la terrina durante 1 hora.

5 Una vez cocida, desmoldar la terrina y dejarla enfriar. Servirla con una ensalada mixta y salsa de tomate.

CHOCOLATE

Manjar de dios

Por sí solo es una irresistible tentación pero, además, es cómplice y complemento de los mejores postres. El chocolate encierra un mundo sutil de aroma y sabor.



DULCES DE UVA Y CHOCOLATE

BOLITAS DE CHOCOLATE Y COCO

Ingredientes:

250 g de chocolate fondant
150 g de coco rallado
150 ml de leche condensada

1 Trocear el chocolate y fundirlo al baño maría junto con la leche condensada. Añadir el coco rallado y mezclar todo bien.

2 Dejar reposar en un lugar fresco durante 30 minutos y, con ayuda de las manos, formar pequeñas bolitas. Rebozar con coco rallado, colocar en cestitos de papel rizado y poner en el frigorífico hasta el momento de servir.

CREMA DE CHOCOLATE

Ingredientes:

500 ml de leche
200 g de chocolate fondant
100 g de azúcar
3 yemas
1 vaina de vainilla
1 cucharada de harina de maíz

1 Poner la leche en un cazo junto con la vaina de vinilla, (reservar medio vaso) y llevar a ebullición. Bajar el fuego y cocer durante 10 minutos.

2 Añadir el chocolate troceado y continuar la cocción, removiendo de vez en cuando, hasta que éste se haya fundido.

3 En un cuenco, batir las yemas con el azúcar hasta que estén espumosas. Agregar la harina de maíz disuelta en la leche reservada y mezclar todo bién.

4 Verter esta preparación sobre la leche chocolateada y cocer al baño maría durante unos 15 minutos, hasta que espese.

5 Poner en cuencos individuales, dejar enfriar y servir decorada con almendras fileteadas y guindas.

PASTEL DE CHOCOLATE
BOLITAS DE COCO Y CHOCOLATE
CREMA DE CHOCOLATE
MORENITOS DE PLÁTANO

DULCES DE UVA Y CHOCOLATE

Ingredientes:

- 1 lámina de bizcocho
- 48 granos de uva
- 200 g de chocolate fondant
- 50 g de azúcar
- 1 vaso de vino dulce

1 Pelar las uvas y poner en un cuenco. Espolvorear con el azúcar, regar con el vino y dejar macerar durante 30 minutos.

2 Con un cortapastas, cortar 12 discos de bizcocho de unos 5 cm de diámetro. Fundir el chocolate al baño maría.

3 Escurrir las uvas, humedecer ligeramente los discos de bizcocho con el jugo de la maceración y colocarlas sobre ellos, de 4 en 4. Bañar completamente con el chocolate fundido y dejar reposar en el frigorífico hasta el momento de servir.

CONSEJOS PRÁCTICOS

Siempre que se utilice cobertura de chocolate, ésta tiene que estar fluida pero casi fría ya que si se utiliza templada, tardará más en solidificarse y, al secarse, se quedaría mate y sin brillo.

Cuando el chocolate se ponga al baño maría, no se ha de remover hasta que esté casi fundido y, entonces, hacerlo con cuidado para evitar que se hagan grumos.

En ninguna ocasión debe calentarse el chocolate en un recipiente puesto directamente al fuego porque se pondría rígido y sería imposible trabajarlo.

MORENITOS DE PLÁTANO

Ingredientes:
3 plátanos
200 g de chocolate fondant
azúcar
Para la masa:
225 g de harina
150 g de mantequilla
2 cucharadas de azúcar lustre
1 yema de huevo
zumo de limón
sal

1 Tamizar la harina con el azúcar y un pellizco de sal y poner en un cuenco. Agregar la mantequilla, cortada en trocitos, y trabajar con las yemas de los dedos hasta obtener una mezcla con una consistencia semejante al pan rallado.

2 Batir la yema con una cucharada de agua fría y unas gotas de zumo de limón y verter, poco a poco, sobre la mezcla de harina, batiendo con un tenedor hasta que empiece a formarse una masa. Trabajar ligeramente con las manos, darle forma de bola, envolver en plástico de cocina y dejar reposar en el frigorífico 1 hora.

3 Extender la masa y, con un cortapastas, formar discos de unos 3 cm de diámetro. Poner en una bandeja forrada con papel de horno y cocer en el horno, a fuego medio, durante unos 15 minutos, hasta que estén doraditos. Dejar enfriar.

4 Pelar y cortar los plátanos en discos de 1 1/2 cm de grosor; colocar sobre los discos de pasta, espolvorear con azúcar y colocar sobre una rejilla.

5 Fundir el chocolate al baño maría y verterlo sobre los plátanos, cubriéndolos totalmente. Poner en una bandeja y dejar reposar en el frigorífico hasta el momento de servir.

PASTEL DE CHOCOLATE

Ingredientes:
175 g de chocolate
125 g de mantequilla
125 g de azúcar
125 g de harina
4 yemas
5 claras
1/2 cucharadita de levadura Royal
2 cucharadas de mermelada de albaricoque
esencia de almendra
sal
azúcar lustre

1 Engrasar un molde redondo, de base desmontable, con un poco de mantequilla y espolvorearlo con harina. Reservarlo.

2 Trabjar la mantequilla con el azúcar hasta obtener una crema ligera; añadir las yemas y batirlo hasta obtener un compuesto esponjoso. Trocear el chocolate, fundirlo al baño maría y agregarlo a la preparación anterior. Perfumar con unas gotitas de esencia de almendra y mezclar.

3 Tamizar la harina con la levadura y un pellizco de sal sobre la mezcla de chocolate y mezclarlo suavemente hasta obtener un compuesto homogéneo. Finalmente, incorporar, con movimientos envolventes, las claras montadas a punto de nieve.

4 Verter esta preparación en el molde reservado y cocerlo en el horno, previamente calentado, a fuego medio durante 1 hora, hasta que esté firme al tacto. Dejar enfriar y desmoldarlo.

5 Calentar ligeramente la mermelada de albaricoque, untar con ella la superficie del pastel y espolvorearlo con abundante azúcar lustre.

TARTA VIENESA

Ingredientes:

200 g de chocolate fondant
175 g de cacao amargo en polvo
125 g de harina
300 g de azúcar
250 ml de nata líquida
4 huevos
50 g de mantequilla
60 g de azúcar lustre
100 g de mermelada de albaricoque
mantequilla para engrasar

1 En un cuenco metálico, mezclar los huevos con la mitad del azúcar; batir con la varillas eléctricas hasta que estén espumosos y cocer, al baño maría, con el agua apenas hirviendo, sin dejar de batir, hasta que hayan triplicado su volumen.

2 Tamizar la harina con 125 g de cacao en polvo y agregar a la preparación anterior junto con la mantequilla fundida y, con movimientos envolventes, mezclar hasta que estén totalmente incorporados.

3 Verter en un molde desmontable, engrasado con mantequilla y cocer en el horno, a fuego muy suave, hasta que esté firme al tacto; unos 50 minutos.

4 Desmoldar, dejar enfriar y cortar por la mitad horizontalmente. Montar la nata líquida con el azúcar lustre y mezclar con el resto del cacao en polvo.

5 Preparar un almíbar con 150 g de azúcar y 75 ml de agua. Fundir en el almíbar el chococate fondant.

6 Extender sobre uno de los discos de bizcocho una capa fina de mermelada de albaricoque, poner sobre ella la mezcla de nata y cacao. Cubrir con el otro disco, napar con el chcoclate fundido y dejar reposar en el frigorífico durante 1 hora como mínimo.

BIZCOCHO DE CHOCOLATE CON NATA

Ingredientes:

225 de chocolate fondant
4 huevos
225 g de mantequilla
200 g de azúcar
100 bizcochos crugientes
100 g de almendras molidas
3 cucharadas de café
1 naranja
300 ml de nata líquida
cerezas confitadas
menta fresca

1 Forrar el fondo de un molde redondo con papel parafinado, engrasar con un poco de mantequilla y reservar.

2 En un cacito, mezclar el café con el chocolate troceado. Calentar, sin dejar de remover, hasta que se haya fundido.

3 Batir la mantequilla con el azúcar hasta que esté esponjosa y añadir, sin dejar de batir, las yemas, de una en una y el chocolate fundido. Agregar los bizcochos triturados, las almendras molidas y la ralladura de la piel de naranja. Tabajarlo todo junto hasta que quede bien amalgamado.

4 Incorporar, con movimientos envolventes, las claras montadas a punto de nieve. Verter esta preparación en el molde reservado y cocer en el horno, a fuego medio, durante 50 minutos. Tapar con papel de aluminio y continuar la cocción unos 25 minutos más. Desmoldar y dejar enfriar.

5 Montar la nata muy firme y poner una tercera parte en una manga pastelera de boquilla rizada. Cubrir el bizcocho con una capa de nata y decorar con "rositas" de nata, cerezas confitadas y hojitas de menta.

BAVAROIS DE CHOCOLATE BLANCO

Ingredientes:

250 g de chocolate blanco
100 g de chocolate fondant
200 g de nata montada
500 ml de leche
125 g de azúcar
5 huevos
5 hojas de gelatina
almendrados

1 En un cazo de fondo grueso, poner la leche junto con el chocolate blanco, cortado en trozos y calentar, a fuego suave y sin dejar de remover, hasta que éste se haya fundido.

2 Añadir las hojas de gelatina, previamente pasadas por agua fría, mezclar enérgicamente hasta que estén disueltas y pasar por un colador.

3 Separar un poco de esta mezcla, ponerla en un cacito junto con el chocolate fondant cortado en trozos y, a fuego muy suave, calentarlo hasta que se haya fundido.

4 En un cuenco, batir las yemas con el azúcar hasta que estén espumosas. Agregar la crema de chocolate blanco y mezclar todo bién. Añadir, sin dejar de remover, la nata montada y, finalmente, incorporar con movimientos envolventes, las claras montadas a punto de nieve.

5 Verter esta preparación en un molde de base desmontable, cubrir con una capa fina de crema de chocolate fondant y dejar en el frigorífico hasta que esté cuajado (4 ó 5 horas como mínimo).

6 Desmoldar y decorar con tiritas de chocolate, almendrados y chocolatinas.

TARTA DE CHOCOLATE Y AVELLANAS

Ingredientes:
225 g de chocolate fondant
225 g de azúcar
225 g de mantequilla
5 huevos
100 g de avellanas molidas
100 g de pan rallado
3 cucharadas de café fuerte
1 naranja
Para la cobertura:
200 ml de nata líquida
100 g de cacao en polvo

1 Engrasar un molde de bizcocho de base desmontable, forrar el fondo con papel parafinado y engrasar con un poco de mantequilla. Reservar.

2 Mezclar la nata líquida con el cacao en polvo y reservar en el frigorífico. Fundir el chocolate en el café y dejar enfriar ligeramente sin que se endurezca.

3 En un cuenco, trabajar la mantequilla junto con el azúcar hasta que esté esponjosa. Agregar las yemas, de una en una y, sin dejar de batir, añadir el chocolate fundido y la ralladura de la piel de naranja.

4 Agregar las avellanas molidas y el pan rallado; mezclar todo bien. Finalmente, incorporar con movimientos envolventes, las claras montadas a punto de nieve.

5 Verter esta preparación en el molde reservado y cocer en el horno, a fuego medio, durante 50 minutos. Tapar con papel de alumínio para que no se tueste demasiado y continuar la cocción unos 25 minutos más (hasta que al insertar un pincho de cocina, salga limpio). Dejar enfriar dentro del molde.

6 Batir la mezcla de nata líquida y cacao, muy fría, hasta que esté montada; cubrir con ella la superficie del bizcocho con una espátula y reservar en el frigorífico hasta el momento de servir.

7 Desmoldar y decorar con una chocolatina de chocolate sin leche.

MERENGUE AL CHOCOLATE

Ingredientes: *(6 personas)*

250 g de almendras picadas
4 claras de huevo
2 cucharaditas de zumo de limón
25 g de almidón de maíz
130 g de miel de trébol
100 g de azúcar
100 g de chocolate fondant
100 ml de nata
1/2 vasito de calvados
2 manzanas
10 g de mantequilla

1 En un cazo, poner el azúcar, 100 g de miel, el zumo de limón y llevar a ebullición. Montar las claras a punto de nieve muy firme y añadir, poco a poco, el jarabe preparado hirviendo.

2 Continuar batiendo con la batidora eléctrica hasta que la mezcla esté fría. Añadir el almidón de maíz, las almendras y amalgamar la masa con cuidado para que no se desmonte.

3 Forrar el fondo de 3 moldes de aluminio de 20 cm de diámetro con papel especiel para el horno. Repartir la masa preparada, extenderla con una espátula y decorar la superficie formando unas rayitas paralelas con un palillo. Cocer en el horno, precalentado a 170 ° C, durante 35 minutos.

4 Mientras, derretir el chocolate troceado con la nata al baño maría y dejar reposar en el frigorífico. Cuando empiece a espesarse, trabajarlo con la batidora eléctrica hasta que quede bien espumoso.

5 Pelar las manzanas, cortarlas en gajos y saltearlas en una sartén con la mantequilla. Agregar la miel restante y el calvados. Flamear y dejar enfriar.

6 Untar el primer disco de merengue con la crema de chocolate, disponer por encima parte de las manzanas. Cubrir con el segundo disco, repetir el relleno y terminar con el merengue rayado. Servir inmediatamente.